

художественная гимнастика

Спорт Музыка Грация

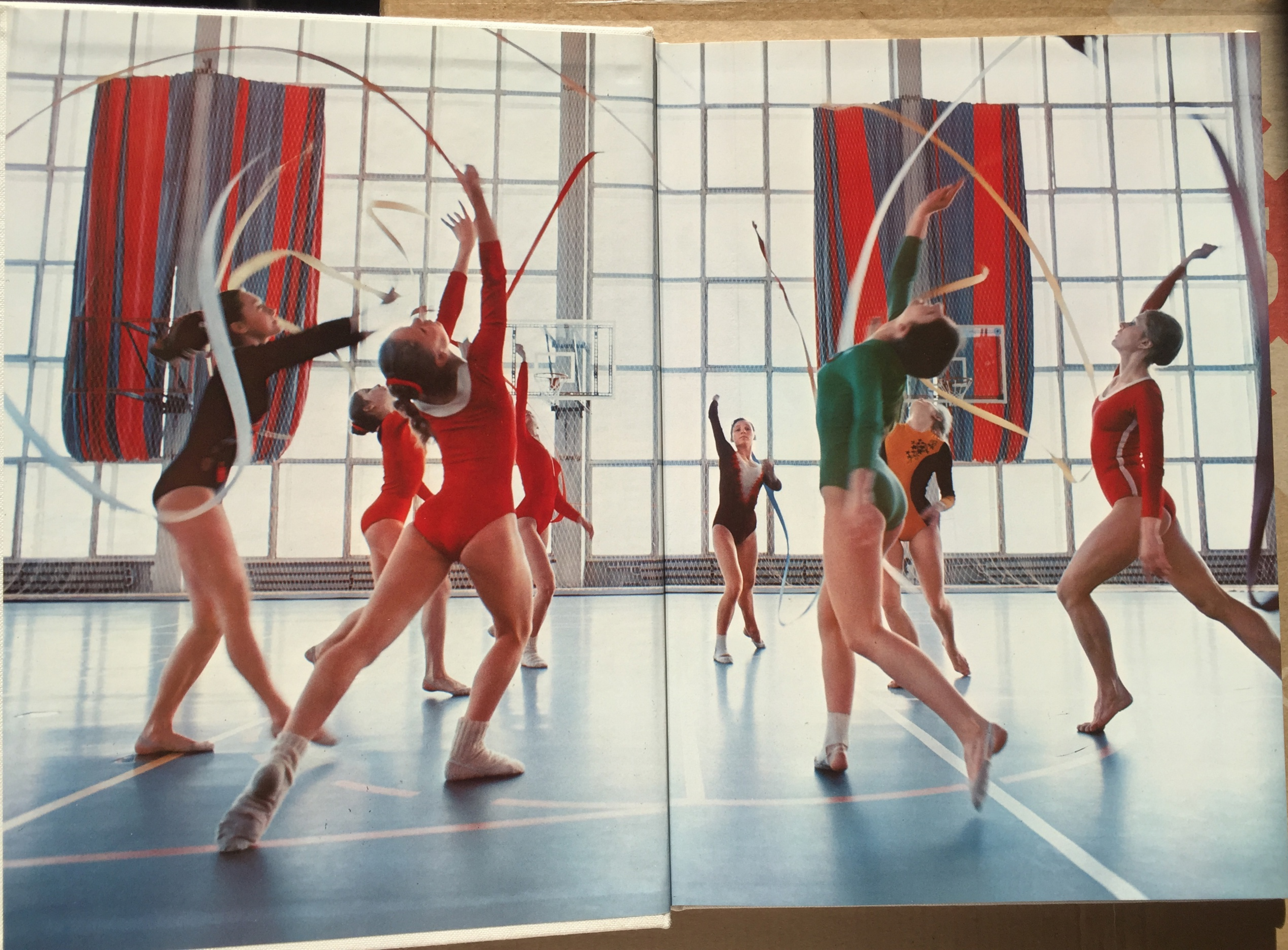


Спорт
музыка
грация

„Спорт, музыка, грация” — рассказ о художественной гимнастике в Советском Союзе, о ее благотворном влиянии на физическое, эстетическое и нравственное совершенствование человека. Этой цели служат очерк о художественной гимнастике, беседа с первой чемпионкой мира Людмилой Савинковой, рассказы о последующих чемпионках мира — Елене Карпухиной, Галиме Шугуровой, Ирине Дерюгиной. Художественная гимнастика — спорт творческий в своей основе. О том, как девушки создают свои оригинальные, сложные и зрелищно прекрасные композиции, рассказывается в специальном разделе.

Свое мнение о художественной гимнастике, о различных ее аспектах высказывают композитор, народный артист СССР, лауреат Ленинской и Государственной премий СССР Арам Хачатурян; народный артист СССР, Герой Социалистического Труда, лауреат Ленинской и Государственных премий СССР, руководитель ансамбля народных танцев СССР Игорь Моисеев; народный артист СССР, солист балета Большого театра СССР, лауреат Ленинской премии Марис Лиепа; народная артистка РСФСР, председатель Федерации художественной гимнастики нашей страны Элина Быстрицкая. В создании альбома „Спорт, музыка, грация” принимали участие тренеры и спортсменки — представительницы художественной гимнастики, старший тренер сборной команды страны Валентина Батаен.











художественная гимнастика

художественная гимнастика

Спорт музыка проакция

«Физкультура
и спорт»
Москва
1978

К43

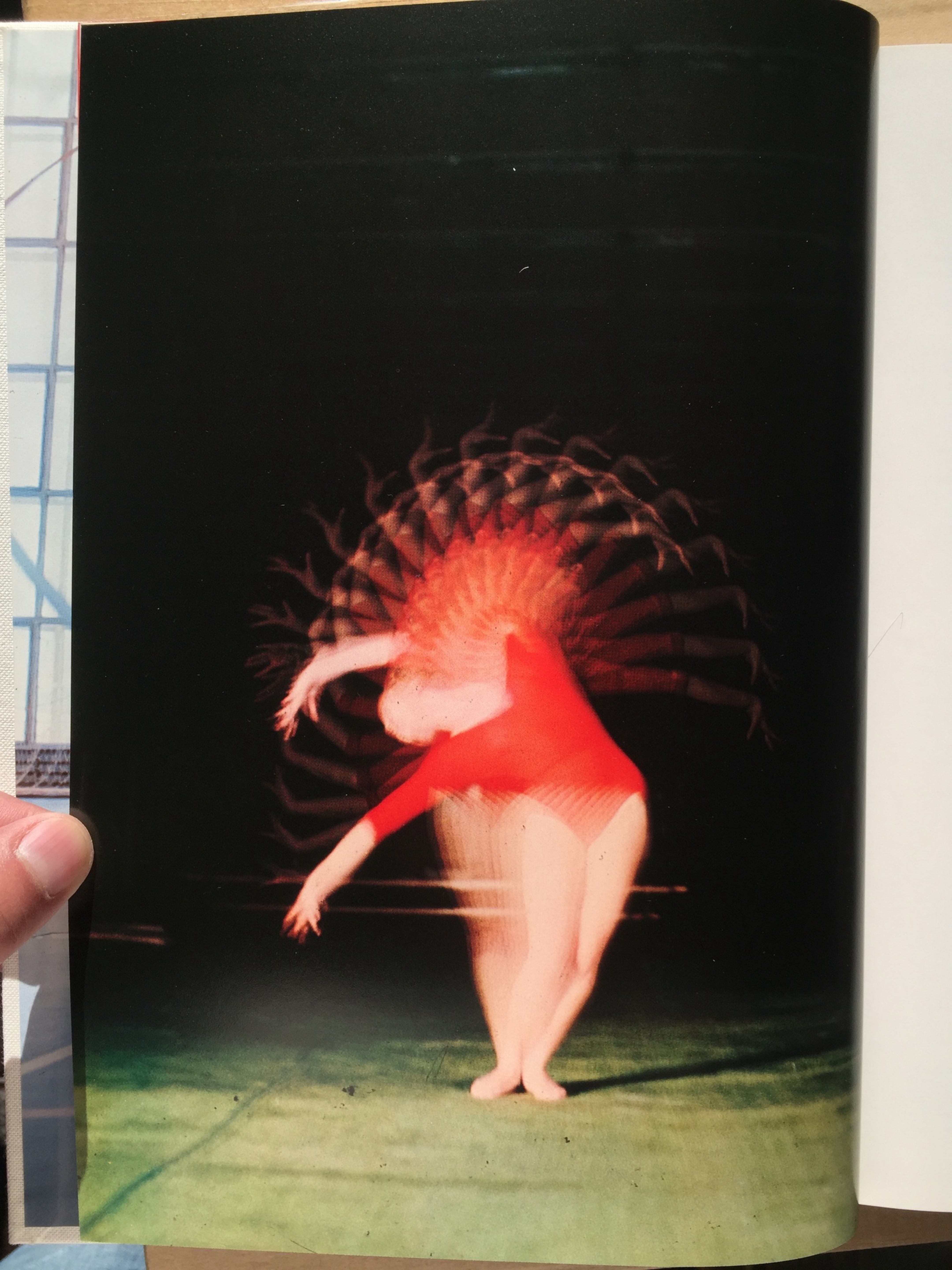
Автор
Валентин Кирсанов
Фото
Владимира Сафронова
Художник
Александр Юликов

К 60902 — 078 БЗ 89—25—1977
009 (01) — 78

© Издательство „Физкультура и спорт“, 1978 г.







Чемпионат СССР по художественной гимнастике. Звучит музыка . . . Чуть тревожная и в то же время легкая, ритмичная. Это — пасадобль, народная испанская мелодия. В центре зала — девушка. Стройная, изящная. Оригинальный спортивный костюм отлично подчеркивает линии стана. В руках — лента. Красная, сверкающая и как живая. Она то нежно обвивается вокруг тела девушки, то быстрой спиралью взмывает ввысь, то необычной змейкой убегает из рук. Девушка вдохновенно „рисует“ в воздухе красные молнии, подчиняя их ритму музыки, отмечая каждый ее нюанс. И вот происходит странное. Мы уже видим не девушку-гимнастку, а . . . тоreadора, и не того, кто вышел на смертный бой с быком, а романтического, смелого, задумавшего игру с животным. Вот девушка-тореадор взмахивает лентой чуть в сторону, а мы видим . . . мулету. Красную, сверкающую, на которую воображаемый бык бросается сломя голову! Но . . . тоreadор делает изящный шаг в сторону, затем другой, и бык проскакивает мимо, лишь едва задев мулету. Зрители разражаются аплодисментами. Их покоряет ловкость. Однако борьба на арене продолжается. Повороты и прыжки становятся все более частыми, напряженными. Игра принимает драматический характер, и вот заключительное движение: тоreadор решительным жестом пресекает атаку быка.

Музыка смолкает, но зрители все еще переживают перипетии этой игры . . . Долго и настойчиво они аплодируют, будто вызывают гимнастку еще раз, хотя отлично знают: законы состязаний строги, и эту гимнастку они смогут увидеть в роли тоreadора лишь на показательных выступлениях.

А в это время на площадке уже другая девушка. Снова льется мелодия. Мягкая, лиричная. В полном соответствии с музыкой движется и гимнастка-„художница“, но в ее руках уже не лента, а необычно яркий и послушный мяч. Как бы она ни повернулась, какое бы движение ни сделала — он всегда с ней: то катится по стану гимнастки, то скользит по ее рукам, голове, груди. А вот, подброшенный, летит высоко вверх. Однако, пока он возвращается, девушка успевает проделать несколько акробатических движений и ловко его ловит. И снова начинается игра, напоминающая жонглирование. Вот „художница“ выполняет кувырок, другой, а мяч и тут с ней. Он снова скользит по ее рукам, пробегает по стану, ногам, голове, и все это — в единстве с музыкой.

Затем выходит девушка со скакалкой, ее сменяет девушка с обручем. И каждый раз мы видим оригинальные упражнения. Каждый раз слышим знакомую музыку, но почему-то сейчас звучащую по-новому. Музыка как бы становится осязаемой. И думается: если давно признано, что балет способен выразить музыкальное произведение своими средствами, если получила право на жизнь цветомузыка, то почему бы не признать и эту, необычную „видеомузыку“? Да, музыку, которая становится такой благодаря искусству движений.

Итак, мы побывали на представительном соревновании. Видели „звезд“ художественной гимнастики во время их самого яркого свечения. Посмотрели на сборную команду страны, полюбовались теми, кто вот-вот войдет в состав сборной, и что же? Можем мы сказать, что заставляло нас так бурно аплодировать? Так волноваться за каждую гимнастку, даже сопереживать с ней? Едва ли . . . Пожалуй, и следует разобраться в этом, обратясь к истории художественной гимнастики, коснувшись ее вех . . .

Началом художественной гимнастики в нашей стране нужно считать, видимо, пятидесятые годы. Ну, может быть, конец сороковых. Время, когда разгорались горячие споры о том, можно ли в упражнения художественной гимнастики включать акробатические элементы. Иначе говоря, когда решался вопрос о том, в каком направлении развиваться художественной гимнастике — в танцевальном или спортивном? Чем быть художественной гимнастике — эстрадным искусством или массовым спортивным явлением?

Насколько остро тогда стоял этот вопрос, можно судить хотя бы по такому факту. На первый всесоюзный конкурс по художественной гимнастике в Таллин в 1947 году приехали лучшие ее представительницы из Москвы, Ленинграда, Прибалтийских республик и Грузинской ССР. Иными словами — из самых разных концов страны. Это говорит о том, что уже тогда художественная гимнастика приобретала широкую популярность, хотя еще и не было ясно, в каком направлении ей развиваться. Даже Москва представила не только команду, в упражнениях которой уже чувствовалась спортивная окраска художественной

гимнастики, но и группу танцовщиц студии имени Айседоры Дункан. Или, говоря проще, девушек, чьи упражнения были весьма далеки от спорта. Примерно то же наблюдалось и на втором всесоюзном конкурсе. А вот первые всесоюзные состязания по художественной гимнастике в 1949 году — заменившие конкурсы — уже показали, что спортивная ее направленность определилась. И хотя чемпионкой страны стала ленинградка Любовь Денисова, по выражению ее ленинградских тренеров, представительница чисто художественной гимнастики, но это уже была, так сказать, лебединая песнь художественной гимнастики прошлых лет.

Дальше все пошло как должно. Были разработаны программы для начинающих гимнасток, для последующих разрядов и, наконец, для мастеров спорта. Это было в 1954 году. Тогда чемпионкой страны стала Л. Назмутдинова, гимнастка не только музыкально-выразительная, пластичная и грациозная, но и спортивно подготовленная. Ее упражнения были насыщены и гимнастическими, и акробатическими элементами, довольно сложными по тем временам . . . Затем художественная гимнастика на равных с другими видами спорта вошла в советскую систему физического воспитания, а недавно введена и в школьные программы.

Художественная гимнастика воспитывает любовь к красоте, музыкальность, умение грациозно двигаться, ходить. В общем, делает женщину женственной в самом лучшем толковании этого слова. Это одна из причин того, что художественную гимнастику — в том виде, в каком она развивается в СССР, — очень быстро признали в странах социализма. Такое признание позволило вскоре поднять этот вид спорта на международную платформу.

Сначала состязания европейского масштаба прошли в Софии, затем, в 1963 году, в Будапеште. Состоялся чемпионат мира — первый в истории художественной гимнастики. Победительницами его стали советские гимнастки. На верхнюю ступеньку пьедестала почета поднялась наша замечательная „художница“ Людмила Савинкова.

Впрочем, спустя несколько месяцев выяснилось, что поднималась-то она на европейский пьедестал, а оказалась на . . . мировом! Ведь осенью было принято решение считать соревнования на первенство Европы 1963 года чемпионатом мира . . . Спустя четыре года в Копенгагене звание чемпионки мира добилась другая наша гимнастка — Елена Карпухина, а в 1973 году — Галима Шугурова. Да, из шести первенств мира, в которых участвовали наши „художницы“, на трех звучал Гимн Страны Советов. И это чрезвычайно радостно — каждое выступление наших девушек рождало бурю аплодисментов, взрывы эмоций! Почему?

Однозначно тут не ответить. Слишком многогранен этот вид спорта. Однако, имея в виду, что художественная гимнастика по своей сути — спорт весьма выразительный, мы сначала и поведем речь о тех средствах, которыми эта выразительность достигается.

Начнем с аксиомы: гимнастке, прежде чем выполнить какое-то упражнение выразительно, нужно отлично подготовиться физически, исполнять упражнение технически так, чтобы, как говорится, комар носа не подточил. Это как в жизни: человек, прежде чем научиться ходить, ползает, затем учится хорошо ходить, а потом уж задумывается о том, чтобы ходить красиво, элегантно. Так ведь? Следовательно, много говорить о важности физической подготовки „художниц“ нет смысла. Можно лишь подчеркнуть, что в наши дни, когда уровень мастерства в спорте вырос необычайно, никакой талант не поможет его обладателю занять высшую ступень пьедестала почета, тем более международных турниров, если спортсмен не будет отдавать своему любимому виду спорта всего себя, трудясь до седьмого пота. В полной мере это относится и к художественной гимнастике. И может быть, более, чем к какому-либо другому виду спорта, ибо тут, кроме чисто физического совершенства, кроме технического мастерства, необходимо воспитать еще и выразительность.

Как трудятся над этим „художницы“, по скольку часов в день они проводят в спортивном зале, как скрупулезно отрабатывают каждое движение, каждый жест, как настойчиво все это „увязывают“ с музыкой, можно только догадываться. Ведь на состязаниях, когда видишь, с какой легкостью и непринужденностью спортсменки исполняют сложнейшие элементы, этого труда не видно.

Мы лишь, глядя на них, нередко восхищенно произносим: „Это предельно грациозно!“, тем самым, может быть невольно, выражая самую сокровенную суть понятия выразительности движений. И, разумеется, это верно. Ведь выразительность движений — это не только их пластичность, музыкальность, вернее, слитность с музыкой, их законченность, но еще и грациозность!

Правда, слово „грациозность“ далеко не всеми объясняется одинаково. Например, народный артист СССР, солист балета Большого театра СССР М. Либа считает, что грациозность — это способность человека любые движения выполнять легко и непринужденно. И. Моисеев, руководитель ансамбля танцев народов СССР, утверждает, что грациозность — это гармоничное сочетание элементов движения — их пластичности, координации, экономичности. Особенно — экономичности. Э. Быстрицкая, народная артистка РСФСР, полагает, что грациозность — это слитность движений в музыкальном ритме, законченность и точность каждого движения, чистота линий. К слову, не каждый из специалистов танца, артистов театра, цирка, художников и музыкантов может объяснить, например, чем отличается грациозность М. Плисецкой от такого же качества Е. Максимовой или Н. Павловой, гимнасток спортивных Ольги Корбут и Людмилы Турищевой, гимнасток-„художниц“ Галимы Шугуровой и Ирины Дерюгиной. Но тем не менее грациозность существует у каждой из них. И, на мой взгляд, всего эффективнее она проявляется в движениях простейших, в гимнастических элементах небольшой трудности. Разумеется, и сложные упражнения гимнастики и акробатики, доведенные до своего, так сказать, апогея, выразительны, грациозны, но, тем не менее обыкновенные, простые движения тут „доходчивее“. Вспомните народные выражения: „Идет — как лебедь плывет“, „Идет как пава“, „Парит в воздухе как птица“ (это про прыгунов в воду, про „художниц“, удачно исполняющих прыжки).

Кстати, о прыжках в художественной гимнастике . . . Прыжки высокие и далекие, со сменой ног, взмахами ног, „оленем“, „кольцом“ чрезвычайно эмоциональны. Ну, а когда они удачно сочетаются с музыкой, подчеркивают какие-то ее наиболее яркие нюансы, то и вовсе становятся яркими средствами выразительности сути упражнений, сути музыкального произведения.

Не менее выразительны бег и повороты, исполняемые в определенном музыкальном ритме. Шаги вальса и полонеза, мазурки и „казачка“, танцев русских и украинских, молдавских и грузинских — это ведь живые картины искусства народного, грациозности девичьей.

Элементы танца народного, классического находятся на службе художественной гимнастики, хотя и в ином аспекте, чем, скажем, лет двадцать назад. В те времена они занимали, так сказать, доминирующее положение. А вот в последние лет десять танцевальным элементам в произвольных упражнениях „художниц“ остается все меньше места. Дело в том, что художественная гимнастика все больше насыщается элементами акробатики, гимнастики спортивной, чуть ли не цирковыми трюками, жонглированием мячами, булавами, обручем, скакалкой, лентой . . .

Да, именно так. Но элементам танца остается не менее почетная роль: быть средствами выразительности. Роль танцев особенно хорошо видна, когда смотришь на руки „художниц“. Они столь выразительны!

Да, любовь и труд, горесть и радость, настрой души — все может быть выражено с помощью рук. Особенно заметно их значение в художественной гимнастике, когда в произвольных упражнениях необходимо добиться предельной выразительности чувств, в тончайших нюансах движений отразить дух музыки. Музыка, куда более сложной, разнообразной по ритму и содержанию, чем когда-либо раньше применявшаяся „художницами“.

Мы поговорили о том, какими средствами располагают „художницы“ для придания упражнениям яркой выразительности. Перечислили физическую подготовленность, мастерство, ловкость, пластичность движений, гибкость, артистичность, грациозность, эмоциональность. Можно, пожалуй, подумать, что такими качествами гимнасток и ограничиваются их возможности при составлении произвольных упражнений, однако это не так. Возможности значительно расширяются благодаря использованию предметов — мяча, булавы, ленты, обруча и других. Более того, присутствие предметов сделало художественную гимнастику поистине спортивной.

Артистизм . . . Какое место он занимает в художественной гимнастике? Давайте подумаем . . .
Когда я встретила с „художницами“, то поняла: без артистичности в их деле, так органично сочетающей в себе искусство и спорт, не обойтись. Ведь артистичность и искусство по своей сути очень близки. Однако артистичность довольно коварна. Чрезмерное ее проявление может переродиться в кривлянье, не подчеркнет правду жизни, исказит ее. Недостаток сделает упражнения бледными, скучными, я бы сказала, неполноценными. Следовательно, каждой девушке нужно уметь найти точную пропорцию артистичности.
В чем выражается артистичность? Если говорить о ней применительно к художественной гимнастике, я бы сказала так: в единстве внутренних ощущений „художницы“, слитности движений с музыкой, с тем образом, который она задумала создать своими средствами.
Правда, за последние годы упражнения художественной гимнастики, особенно с предметами, чрезвычайно усложнились, и порой возникает опасение, что при таком положении для проявления артистичности вскоре не останется и места. Однако, как мне кажется, если высокое техническое мастерство достигнуто, то артистизм может быть выражен еще ярче, эмоциональнее, доходчивее.
Да, успех выступлений „художниц“ зависит как от физических, так и от духовных данных. Однако при этом очень важен и внутренний огонь исполнительницы, выраженный артистически через спортивный артистизм, ибо „добыт“ он в занятиях спортом . . .

Элина Быстрицкая



„Игра” с предметами стала чуть ли не основой художественной гимнастики. И присуща она только данному виду спорта. Правда, такие игры можно увидеть и в цирке. Но там зрителя восхищают лишь ловкость артиста и сложность номера, а в художественной гимнастике такая „игра” еще и волнует. И понятно почему: „игры” с предметами позволяют сделать упражнения эмоциональными, чрезвычайно полно выразить и свои чувства, и мысль музыкального произведения. Хочется напомнить читателям упражнение с мячом в исполнении Галимы Шугуровой. Оно не только поражает элементами чрезвычайной сложности, фантазией композиции, удивляет теснейшей связью с музыкой, но и являет наилучший пример того, что и упражнения с предметами могут быть необычайно выразительными.

Звучит музыка . . . мягкая, лиричная. Галима, точно следуя ее настроению, делает различные повороты, танцевальные шаги, пластичные движения руками, в которых обруч как бы одно целое с самой гимнасткой . . . Но вот в мелодии появляются нотки напряженности. Движения гимнастки становятся чуть порывистее, четче. Она резким толчком выкатывает обруч на середину зала. Пока обруч катится, музыка звучит уже явно драматично, и, когда достигает высшего драматизма, Шугурова, разбежавшись, напрыгивает на обруч, как бы стремясь остаться на нем. Но лишь прикасается к нему ступнями ног, каким-то ловким движением закручивает обруч и летит дальше, а обруч, как волчок, продолжает свое вращение. Музыка постепенно входит в прежнее, мягкое и лиричное, звучание, а Галима, вернувшись, подхватывает обруч и продолжает упражнение . . .

Ну как после этого не скажешь, что „игра” с предметами способна вызывать у зрителей самые различные чувства, тончайшие их оттенки?! Разумеется, в этом великая ценность такой „игры”, однако что же представляют собой эти, „такие волшебные”, предметы? Как они, неодушевленные, способны вызывать у зрителей самые душевные чувства, когда оказываются в руках девушек-гимнасток?

Мяч . . . В художественной гимнастике он и в самом деле оказался „волшебным”. Девушки „играют” им, создают необычные, совершенно своеобразные упражнения. Движениями с мячом они ухитряются выразить не только грациозность, ловкость и пластичность, но и передать те чувства, что заложены в музыкальном произведении, что владеют ими в момент исполнения упражнений. Прыжки с мячом, пируэты, предельно пластичные движения, акробатические прыжки, кувырки . . . Да разве возможно все перечислить?!

Скакалка . . . Казалось бы, что могут делать гимнастки с этой детской игрушкой? Оказывается, очень многое. Конечно, через скакалку, как и в детстве, прыгают, с ней бегают, „играют”, но как! Необыкновенно легко, стремительно! И каких только прыжков нет в упражнениях девушек со скакалкой! Это прыжки обычные и с поворотами, это прыжки шпагатом и „кольцом”, это прыжки в танце и акробатические.

Разумеется, упражнения со скакалкой требуют и соответствующей ритмичной, бравурной музыки. В результате обратная связь: все эти танцы прямо-таки ожили в новом качестве. Они стали оригинальными, необыкновенно зажигательными.

Конечно, упражнения со скакалкой требуют от гимнасток огромной выносливости, ловкости, скрупулезной шлифовки каждого движения в сочетании с музыкой. Но результат стоит того.

Обруч . . . Говорят, что самым гениальным человеком был тот, кто изобрел колесо. Может быть, и так. Но когда речь заходит об обруче в художественной гимнастике, мне кажется, что для развития этого вида спорта он сделал не меньше, чем колесо для развития человечества. Разумеется, в сопоставимых масштабах. Ведь сейчас в ряду предметов, которыми пользуются представительницы художественной гимнастики, он занимает весьма почетное место. Вероятно, каждый, кто смотрел упражнения гимнасток с этим предметом, мог заметить, что через обруч прыгают как через скакалку, пролетают в него шпагатом или „кольцом”, как в цирке, катают его как мяч и как мячом жонглируют им. Да, обруч как бы совместил в себе все эти предметы. Кроме того, его вращают во круг тела, на руке, ноге, он позволяет ярко, порой чрезвычайно эмоционально, отметить кульминационные моменты музыки, душевное состояние спортсменки. За последние лет шесть с обручем произошла некая метаморфоза. Вначале он

был деревянным, затем металлическим, пластмассовым, снова стал деревянным. Да, девушки-„художницы“ такую перемену объясняют сложностью упражнений. Казалось бы, парадокс. Но это явление, оказывается, вполне закономерно: обруч деревянный, тяжелый, как говорят сами гимнастки, лучше держать в руках, особенно при вращении, когда он как бы прилипает к ним, — такой обруч не скользит по телу, позволяет выполнять с ним элементы, в которых нужно относительно длительное общение с ним.

Разноцветная, сверкающая в руках гимнастки синими, красными, зелеными, черными молниями лента, — пожалуй, самый любимый предмет „художниц“! Змейки, спирали, восьмерки, вертикальные и горизонтальные круги! Сотни, может быть, тысячи необычных, оригинальных движений, поз, положений! Когда на состязаниях „художниц“ вы смотрите упражнения с лентой, я уверен, что вас не покидает чувство человека, оказавшегося на концерте, на своеобразном театрализованном представлении. И, что знаменательно, вы полагаете, будто проделывать с лентой различные манипуляции чрезвычайно просто. Не так ли? А между тем одна из ведущих наших „художниц“ как-то призналась мне, что лента для нее — самый трудный предмет.

Видимо, это объясняется тем, что упражнения с лентой очень сложны по координации. Ведь лента, являясь как бы продолжением кисти гимнастки, обязана в точности повторять ее движения, усиливая и преображая в своеобразные волны, змейки, круги, и все это — в сочетании с музыкой, в стремлении отразить наиболее тонкие ее оттенки. А это нелегко. Остается добавить, что, „забавляясь“ с лентой, „художница“ рисует не только ритмический узор упражнений, не только следует темпу музыки, но и раскрывает ее суть.

Мы говорили о содержании художественной гимнастики, о тех средствах выразительности, которыми располагает каждая гимнастка, подчеркивали, как великолепны гибкость и пластичность девушек, их грациозность и танцевальность, артистичность и . . .

Вы, надеюсь, поняли, насколько эти средства выразительности выиграли от появления в художественной гимнастике обруча, скакалки, ленты, булавы. Но представьте себе, что все это, даже гениально увязанное в комбинации, преподносится нам без музыки.

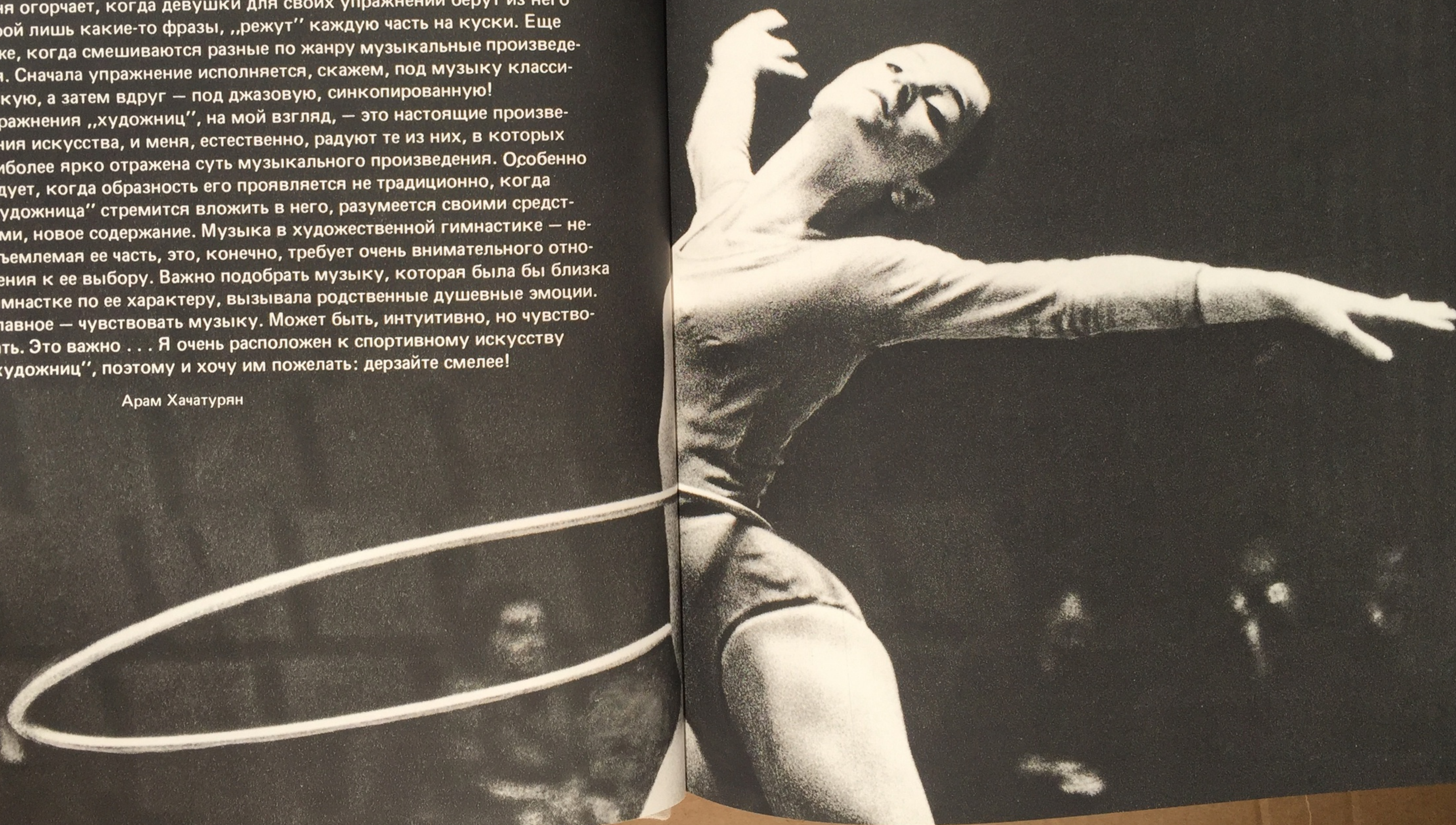
Трудно представить? Верно. Музыка в художественной гимнастике — одна из ее основ. Она — своеобразный рупор, передающий настроения. Она — родоначальница эмоций, которыми так богат этот спорт. Я бы даже сказал, что именно она, музыка, и ставит художественную гимнастику на границу спорта и искусства. Мелодий и ритмов волшебство делает художественную гимнастику близкой к искусству.

В начале своего пути художественная гимнастика „дружила“ лишь с музыкой простой по содержанию и ритму. Помнится, даже существовало мнение, что она таковой и должна быть в произвольных упражнениях представительниц художественной гимнастики, ибо у них нет достаточных средств для выражения сути музыки более сложной. Бывало, судьи снижали оценку за произвольные упражнения, исполняемые под музыку сложную.

Что же, видимо, здесь действует поговорка о том, что „каждому овощу свое время“. И пришло время, когда музыка сложная, разнообразная по тематике, глубокая по содержанию стала просто необходимой „художницам“. Ведь мастерство их выросло необычайно, средств выразительности стало много больше. В этом процессе происходит взаимообогащение: сложная музыка требует все новых средств выразительности, а такие средства заставляют гимнасток все чаще обращаться к музыке сложной, монументальной. Музыка ритмическая, фонирующая ушла в прошлое, а на ее место пришла музыка глубокого содержания — драматического, психологического, лирического . . . Тесно увязанная с упражнениями, с их композицией, выразительными средствами, музыка и привела к рождению художественной гимнастики, которой мы сейчас восхищаемся. Более того, она заставила гимнасток ярче проявлять индивидуальные способности: особую выразительность рук, пластичность движений, утонченную музыкальность, лиричность, темперамент. Иначе говоря, все то, что необходимо для наиболее полного и глубокого выражения сути музыкального произведения. Пожалуй, можно сказать, что ныне без ярких, самобытных качеств успеха на поприще художественной гимнастики девушкам не добиться. Посмотрите с

Мне не часто удается смотреть соревнования по художественной гимнастике, однако, когда такая возможность представляется, я с удовольствием это делаю. Особенно когда музыкальное сопровождение подобрано удачно. Кстати, я замечаю, что в последнее время многие „художницы“ стремятся исполнять упражнения под музыку сложную, типа концертов, сонат, симфоний. Это, конечно, хорошо. Различие форм, жанров музыкальных произведений обогащает и самих девушек, и тех, кто смотрит их выступления. Однако мне не нравится, когда к сложной по композиции музыке девушки относятся несколько вольно. Да, берут лишь тот „кусоч“, который пришелся по душе, безжалостно отсекая все остальное. А ведь должна же быть определенная завершенность даже части музыкального произведения! В моем вальсе, написанном для кинофильма „Маскарад“, три части. И меня огорчает, когда девушки для своих упражнений берут из него порой лишь какие-то фразы, „режут“ каждую часть на куски. Еще хуже, когда смешиваются разные по жанру музыкальные произведения. Сначала упражнение исполняется, скажем, под музыку классическую, а затем вдруг — под джазовую, синкопированную! Упражнения „художниц“, на мой взгляд, — это настоящие произведения искусства, и меня, естественно, радуют те из них, в которых наиболее ярко отражена суть музыкального произведения. Особенно радует, когда образность его проявляется не традиционно, когда „художница“ стремится вложить в него, разумеется своими средствами, новое содержание. Музыка в художественной гимнастике — неотъемлемая ее часть, это, конечно, требует очень внимательного отношения к ее выбору. Важно подобрать музыку, которая была бы близка гимнастке по ее характеру, вызвала родственные душевные эмоции. Главное — чувствовать музыку. Может быть, интуитивно, но чувствовать. Это важно . . . Я очень расположен к спортивному искусству „художниц“, поэтому и хочу им пожелать: дерзайте смелее!

Арам Хачатурян



этой позиции на нашу сборную команду страны: каждая из гимнасток, как говорится, имеет свое лицо, свои, только ей присущие средства выразительности. У одной — это гибкость и пластичность движений, у другой — необычайная выразительность рук, у третьей — темперамент.

Однако всего того, что мы перечислили, еще недостаточно для полного успеха в таком виде спорта, как художественная гимнастика. Да, можно быть отлично подготовленной физически, обладать исключительной гибкостью, прыгучестью, пластичностью и этими своими качествами вызывать на трибунах восхищение, но полного успеха не добиться, если во всем этом не будет присутствовать артистизм.

Артистизм — это умение, способность красиво ходить и бегать, правильно держаться в определенных обстоятельствах, а в нашем случае — умение „преподнести“ тот или иной элемент, упражнение. И за всем этим кроется талантливое исполнение своих упражнений с полной отдачей всех душевных сил, исполнение эмоциональное, выразительное. Артистизм — это умение заразить зрителей своим настроением, своими чувствами, продиктованными музыкой.

Вот мы и подошли к тому вопросу, который задали себе в начале этого эссе о художественной гимнастике: в чем секрет ее воздействия на чувства зрителей, что за сила заставляет сидящих на трибунах так горячо, всем сердцем откликаться на происходящее в спортивном зале, когда выступает талантливая представительница художественной гимнастики? . . .

Скажите, что больше всего вас волнует, когда вы читаете книгу, смотрите кинофильм, спектакль? Верно, судьба героя. Вы всегда с напряженным вниманием следите за его действиями, за каждым его шагом, ждете, чем все это кончится. Вы переживаете за него. Вот это чувство сопереживания и рождается у зрителей, когда они смотрят упражнение „художницы“, в котором есть „герой“, иными словами, образ.

Можно, конечно, спорить: дело ли художественной гимнастики стремиться к созданию образа? Однако, когда приходится смотреть упражнение „художницы“, в котором ощущается какая-то тема, когда композиция имеет какой-то смысл, а еще более, когда в упражнении виден какой-то образ — музыкальный, танцевальный, литературный, мы с гораздо большим интересом следим за упражнением, а следовательно, и за развитием сюжета, композиции, образа. Да, образа. Именно это рождает во мне целую гамму эмоций. Гамму чувств, зависящих от поступков „образа“, его действий, от того, как к нему относится сама гимнастка. Вот почему мне кажется, что секрет огромного влияния „художниц“ на зрителей кроется именно в сотворенном образе . . .

И вот что любопытно: каждая представительница художественной гимнастики, исполняя свое произвольное упражнение под музыку, обязательно создает образ. Разумеется, своими средствами. Это как бы невольно диктуется и музыкой, и характером исполнительницы, и ее темпераментом. Но даже если это так, если образ создается интуитивно, то и тогда он не остается незамеченным зрителями и, естественно, вызывает соответствующие эмоции.

Вполне понятно, что наиболее сильные эмоции вызывает образ, созданный сознательно. Ведь в этом случае он получается значительно ярче. Вспомните упражнения с лентой И. Дерюгиной, ее „тореадора“, комбинацию с той же лентой Г. Шугуровой — ее „Кармен“. Но вот что знаменательно: образы, сотворенные „художницами“, не остаются незыблемыми. Их часто обновляют и, как правило, делают все лучше и ярче. К чему обращаться к теме уже отработанной, если не вносить в нее что-то новое, свое? Вот так и получилось с „образом Кармен“. В те времена, когда Галима Шугурова его показала, думалось, что лучше и быть не может! Настолько ярким, впечатляющим был этот образ, но . . . Но вот недавно образ темпераментной испанки и тоже под музыку Ж. Бизе создала молодая гимнастка из Свердловска Г. Апкадилова. И стало ясно, что палитра для сотворения образа неисчерпаема.

Итак, именно образ является той „изюминкой“, которая делает художественную гимнастику столь сильным возбудителем эмоций на трибунах. Разумеется, речь может идти лишь о таком образе, который создан талантливо, ярко, убедительно. Прекрасное . . . Едва ли кто будет возражать, что художественная гимнастика относится к категории эстетической. Добавлю лишь, что занятия ею — надежнейший и кратчайший путь женщины к красоте. Красоте физической и духовной. О физической нет смысла и говорить: нужно лишь взглянуть на девушек „худож-

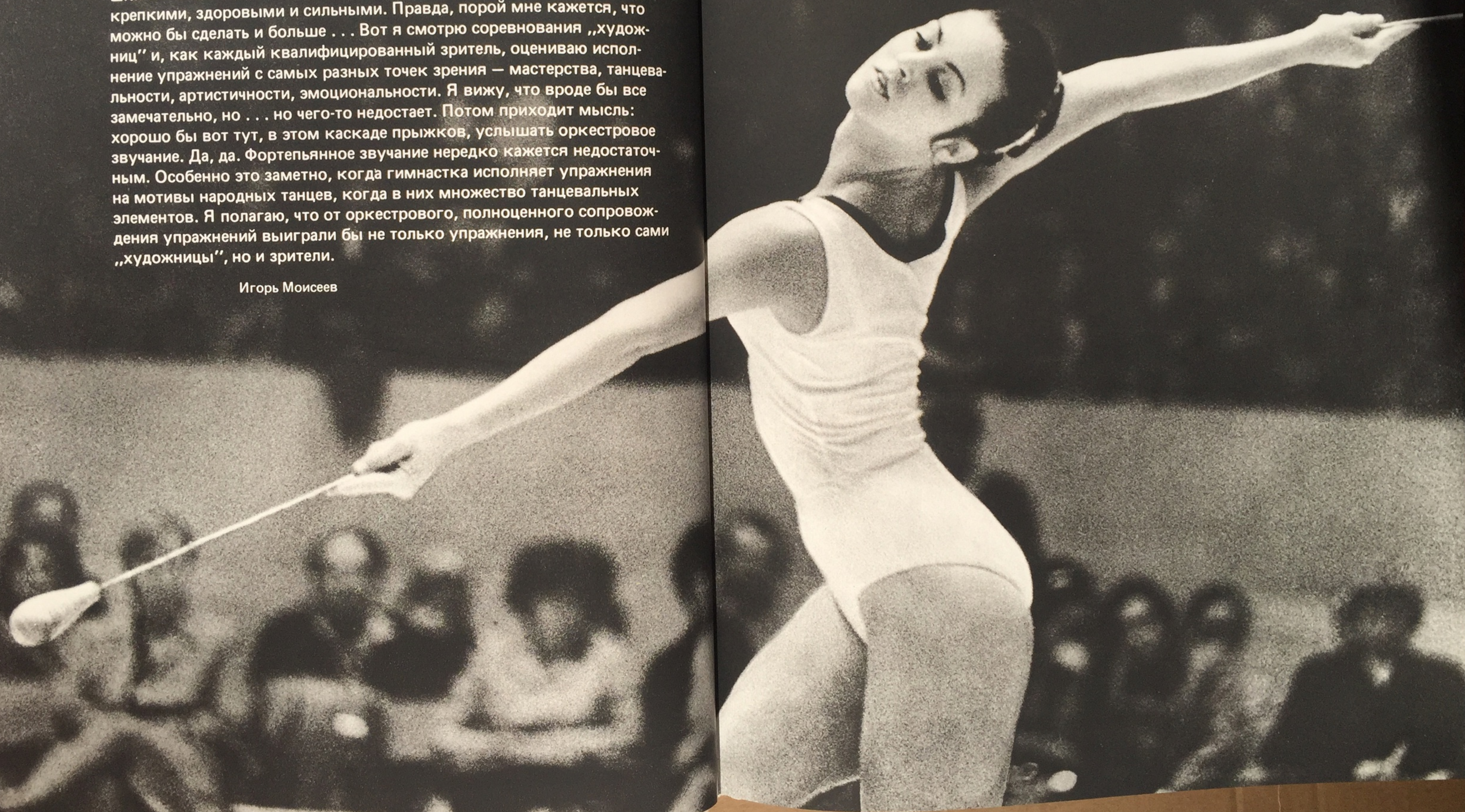
ниц", чтобы в это поверить раз и навсегда. А красота духовная ощущается в „художницах" сразу, как только вам удастся с ними побеседовать. Вы тут же убедитесь, как утонченны их чувства, как хорошо они разбираются в том, что прекрасно в мире. Для них музыка, живопись, скульптура, а тем более искусство танца и балета — родная стихия. И вот результат: их упражнения приобретают оригинальность, неповторимость, характерность. Рождаются композиции, способные вызвать на трибунах благородные эмоции, разбудить в людях любовь к прекрасному . . .

Те, кто занимается художественной гимнастикой, значительно увереннее чувствуют себя и в жизни, и в труде. Сознание, что ты физически совершенен, строен, изящен, придает твоим движениям, делам уверенность, а сами дела — будь то дело строителя или геолога, врача или пианиста, сборщика часов или портнихи — совершаются значительно лучше. Ведь упражнения художественной гимнастики, особенно с предметами, воспитывают силу воли и координацию движений, четкое мышечное чувство и глазомер, а также многое другое, что необходимо ныне чуть ли не в каждой профессии . . .

Да, то поэтическое, что есть в художественной гимнастике, отлично уживается с прозаическим в жизни. И, зная это, так и хочется сказать всей прекрасной половине рода человеческого: занимайтесь художественной гимнастикой! Занимайтесь, несмотря на свой возраст, на недостаток „таланта", на недостаток времени. Найдите его и занимайтесь в каждый свободный час. И будете походить на тех, кого вы увидите в этом альбоме . . .

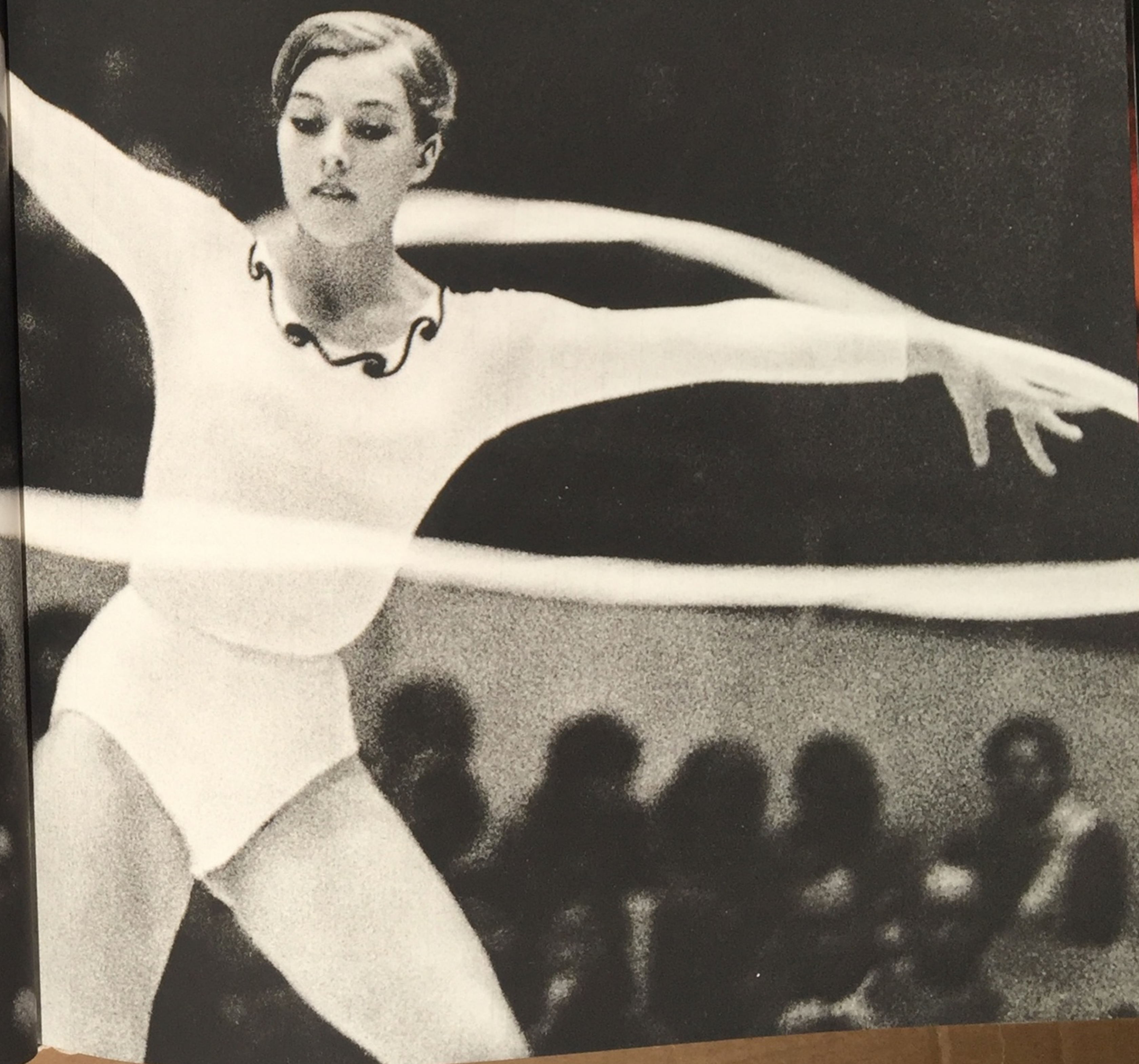
То, что в художественной гимнастике используются элементы народных танцев, замечательно. Ведь многие упражнения благодаря этому делаются интереснее, живее, эмоциональнее. И вот что знаменательно: „художницы“ взяли из народных танцев как раз то, что им наиболее доступно, то, что они выполняют прямо-таки профессионально. В наши дни такой вид спорта, как художественная гимнастика, просто необходим. Ведь он в полной мере содействует воспитанию гармонично развитого человека. Конечно, нам нужны грациозные, изящные девушки и женщины, но ведь они должны быть не воздушными феями, а крепкими, здоровыми и сильными. Правда, порой мне кажется, что можно бы сделать и больше . . . Вот я смотрю соревнования „художниц“ и, как каждый квалифицированный зритель, оцениваю исполнение упражнений с самых разных точек зрения — мастерства, танцевальности, артистичности, эмоциональности. Я вижу, что вроде бы все замечательно, но . . . но чего-то недостает. Потом приходит мысль: хорошо бы вот тут, в этом каскаде прыжков, услышать оркестровое звучание. Да, да. Фортепьянное звучание нередко кажется недостаточным. Особенно это заметно, когда гимнастка исполняет упражнения на мотивы народных танцев, когда в них множество танцевальных элементов. Я полагаю, что от оркестрового, полноценного сопровождения упражнений выиграли бы не только упражнения, не только сами „художницы“, но и зрители.

Игорь Моисеев



Я внимательно слежу за развитием художественной гимнастики и отлично понимаю, почему меня привлекает этот вид спорта. Да потому, что он во многом близок к искусству. А сотворение образа в упражнениях гимнасток? Ведь в каждом из них обязательно просматривается образность. В свое время я видел „образ Кармен“, созданный Галимой Шугуровой, а недавно — „образ тореро“, сотворенный Ириной Дерюгиной, и должен сказать, что они оставили во мне заметный след. Имеют ли право „художницы“ на сотворение образа? Несомненно. Их мастерство, в частности балетное, достаточно высоко, а музыкальная культура дает им это право. Мне приходилось слышать споры о том, что проникновение элементов балета в художественную гимнастику неправомерно. Скептики утверждали, что „художницы“ недостаточно хорошо выполняют фуэтэ, жетэ . . . и поэтому ни к чему нам плохой балет. Лет пятнадцать назад такое мнение, может быть, и было верным, однако ныне, когда культура танца „художниц“ заметно возросла, проникновение балета в спорт приносит огромную пользу. Добрые слова в адрес девушек-„художниц“ мне хотелось бы сказать еще и потому, что они великолепно служат делу эстетического воспитания молодежи. А сегодня это дело чрезвычайно нужное, благородное.

Марис Лиела





Курс на победу

Первый чемпионат мира по художественной гимнастике был необычен. В сущности, это было традиционное первенство Европы. Но после его окончания, спустя некоторое время, решили считать его чемпионатом мира, и, конечно, обоснованно. Там собрались наиболее сильные представительницы художественной гимнастики со всей планеты, в том числе такие известные, как Мичехова и Гигова.

На самую верхнюю ступеньку пьедестала почета поднялась Людмила Савинкова. Она и была названа первой чемпионкой мира по художественной гимнастике. Сейчас Л.П. Савинкова воспитывает девочек во Дворце пионеров, что на Ленинских горах в Москве. Я побывал там, видел, как трудится Людмила Савинкова, и спросил ее, как ей тогда удалось стать победительницей. — Нелегкая это победа, — серьезно проговорила Людмила. — Конечно, в то время художественная гимнастика была менее сложной, чем сейчас. Тогда состязания проводились лишь по трем видам — мы выполняли упражнения со скакалкой, обручем и без предмета, а сейчас добавились лента и мяч. В то время акробатические элементы включались в комбинации только на наших, внутренних, турнирах, а теперь и на международных. Правда, это не совсем акробатика. Я назвала бы ее полуакробатикой. Упражнения с предметами тоже были проще.

Ведь сейчас девушки достигли очень высокой степени совершенства. Однако победить на том первенстве мира было не легче, чем сейчас. Почему? Дело в том, что рядом со мной соревновались очень сильные соперницы — Мария Гигова и Ханна Мичехова, обладающие огромной артистичностью и эмоциональностью. Да, теми качествами, которые, как мне кажется, наилучшим образом можно проявить в упражнениях без предметов . . .

— Но ведь такими же качествами обладали и вы.

— Именно это меня и выручило.

— И все ваши коллеги отмечают ваш незаурядный темперамент. А некоторые даже говорят, что вы работали на публику.

— Не знаю, может, так и казалось со стороны. Конечно, когда я составляла произвольные упражнения, то думала о зрителях, о том, чтобы различные позы, движения хорошо смотрелись, даже намечала, какую часть упражнений сделать эмоциональнее. Но, как только выходила на площадку, забывала о зрителях. В моменты выступлений я бывала как бы в своеобразном трансе. Как говорится, целиком уходила в себя.

— Ну, а сейчас, когда вам приходится судить состязания, вы тоже отдаете предпочтение тем, кто эмоциональнее?

— Да, конечно, но при равных прочих показателях. Видите ли, я в первую очередь обращаю внимание на технику исполнения упражнений, чистоту отдельных элементов, амплитуду движений, прыгучесть, затем отмечаю гибкость, пластичность, растянутость, грациозность каждой гимнастки, потом — музыкальное сопровождение.

Да, оцениваю, насколько музыка подходит к стилю упражнения самой „художницы“, как отдельные элементы композиции увязаны с музыкой, и если все эти компоненты произвольного упражнения находятся на достаточно высоком уровне, я отдаю должное артистичности исполнения, эмоциональности.

— Как, по-вашему, будет развиваться художественная гимнастика, скажем, в ближайшие десять лет?

— Трудно сказать конкретно. Мне кажется, что она будет усложняться за счет упражнений с предметами, может быть, введения новых, как было в последние годы. Да, лет пять назад в многоборье вошли упражнения с булавами. Может, введут еще и шарфы или вымпелы. Художественная гимнастика все совершенствуется. Вот, например, обязательные упражнения в программе мастеров прошлого года были одинаковы для всех, и, честно говоря, было довольно скучно и зрителям, и самим гимнасткам. Сейчас обязательные комбинации составляются самими „художницами“. Каждая из них вкладывает в свою обязательную композицию то, что ей ближе, что у нее лучше получается, но с одним условием: гимнастка обязана включить шесть элементов, указанных в правилах. Разумеется, элементов сложных, трудных, достойных разряда, который гимнастка защищает. В результате обязательные комбинации „художниц“ стали не менее интересными, чем произвольные.

сущ-
ния,
е-
худо-
как

винкова.
стике.
а Ленин-
винкова,

в то
гда
ения со
то
наших,
всем
ами тоже

Однако
дело
Мария
оциональ-
образом

которые

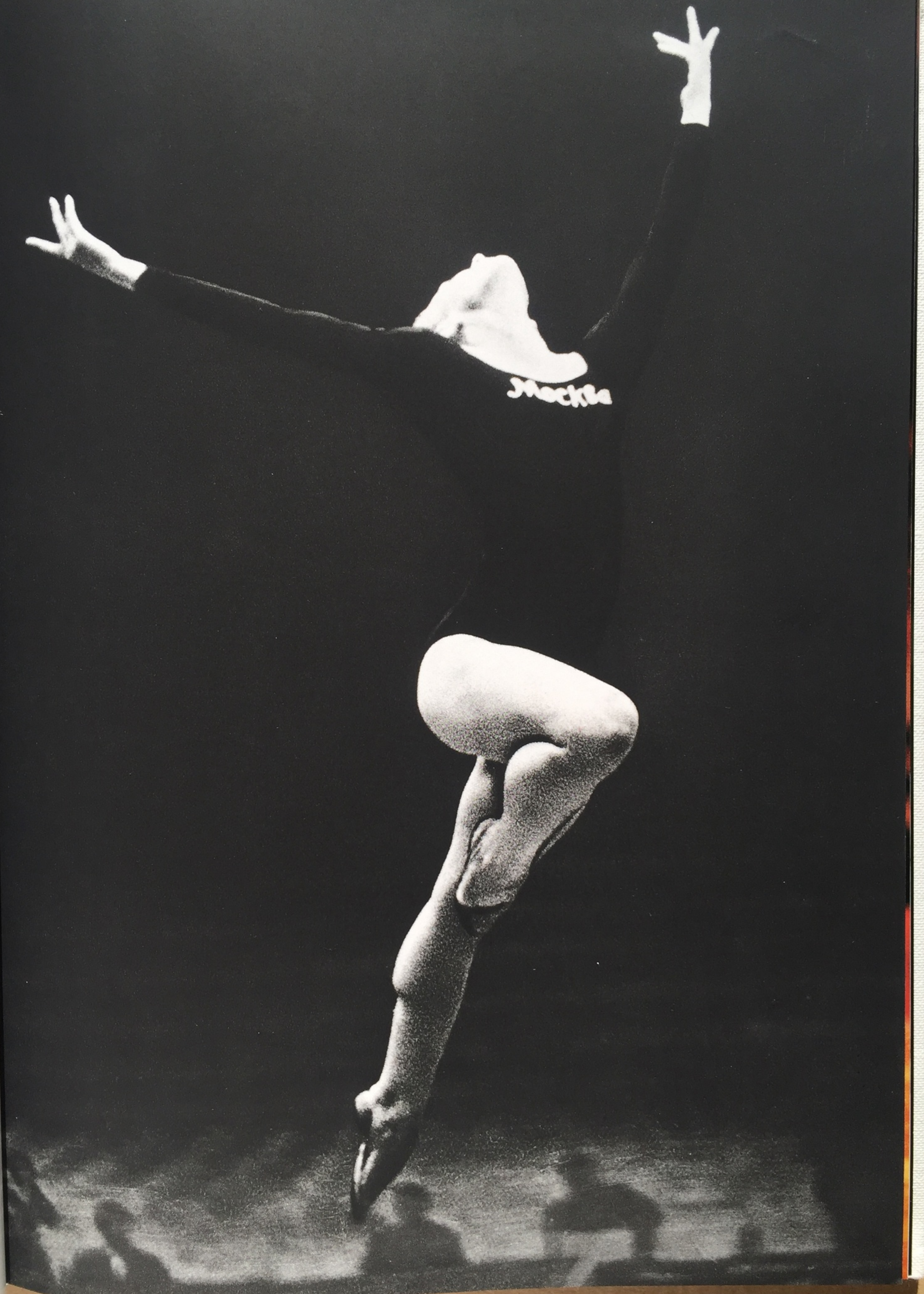
вляла
нные позы,
ий сделать
рителях.
к гово-

аете

вую очередь
льных
ть, пластич-
кальное

ой „худож-
если все эти
исоком
ти.
кажем, в

ся за счет
в последние
и. Может,
е совершен-
стеров до
овольно со-
бинации со-
вою обя-
я, но с одним
их в правилах.
орый гимна-
„ стали не



Возможно совершенствование этого вида спорта и по другой линии — по линии оценок самих упражнений на соревнованиях.

— Что вы имеете в виду?

— Многое, но в первую очередь раздельное судейство техники исполнения упражнений и их эмоциональности. Мне кажется, что это во многом стимулировало бы развитие артистичности у наших „художниц“. Да и болельщикам интереснее. Ведь сейчас и техника исполнения, и артистичность, так сказать, перемешаны в одном котле, и поди разбери, как оценили судьи тот и другой компоненты упражнения.

— И все-таки, что же сегодня важно для достижения успеха на состязаниях по художественной гимнастике?

— Индивидуальность. И даже не технического характера, скажем, особая гибкость, растянутость, пластичность. Ведь эти качества присутствуют ныне у всех „художниц“. А вот особый темперамент, яркие чувства, отражающие настрой гимнастки, музыкального произведения, мне кажется, способны принести успех. Правда, при условии, что гимнастка отлично подготовлена не только технически, но и психологически. Да, да. Сейчас, когда мастерство ведущих „художниц“ чрезвычайно высоко, огромное значение имеет психологическая готовность. Умение взять себя в руки в сложнейших ситуациях, не дрогнуть при самых драматических перипетиях в состязаниях. Если этого у гимнастки нет, ей не быть в числе первых, даже если она в техническом отношении на голову выше своих соперниц . . .

Сейчас художественная гимнастика развивается очень интенсивно. Ею занимаются чуть ли не в сорока странах мира, на трех континентах. Очень сильные „художницы“ появились в Румынии, Чехословакии, Венгрии, Польше, ГДР. Однако это не должно смущать наших девушек-„художниц“. Они всегда должны держать курс на победу.

— по линии

нения
стимулиро-
икам
сказать,
и другой
аниях по

обая гиб-
ыне у всех
е настрой
инести успех
о тех-
щих
гическая
дрогнуть при
истики нет,
на голову

ю занимаются
е „худож-
Однако это
ы держать





Большой судьбы зигзаги

Случилось невероятное: девчушка с бантиками, школьница, которой не было еще и шестнадцати, запасная в сборной команде страны стала абсолютной чемпионкой мира!

И не в наши дни, когда подобный титул достается и пятнадцатилетним, а тогда, десять лет назад, на третьем чемпионате мира по художественной гимнастике. Многие говорили, что девочке безумно повезло. И Лена не отрицает этого. Ей в самом деле повезло: она попала к замечательному педагогу, известному тренеру по художественной гимнастике Марии Вартановне Лисициан, воспитавшей целую плеяду „художниц“, в том числе Людмилу Савинкову, первую абсолютную чемпионку мира.

Ей повезло: чуть ли не с первых шагов в круглом спортивном зале московского Дворца спорта „Крылья советов“ Лена встретила с Людмилой Савинковой, одной из самых темпераментных „художниц“.

Ей повезло: судьба одарила Лену стройной фигурой, грациозностью, темпераментом, музыкальностью.

Все это так: ей повезло. Однако недаром говорят, что везение дружит с теми, кто к нему подготовлен. К Марии Вартановне она попала потому, что очень хотела этого и не отставала от знаменитого педагога до тех пор, пока та не согласилась взять ее в свою группу.

Встретившись с Людмилой Савинковой, Лена стала во всем ей подражать: старалась так же, как Люда, усиленно тренироваться, так же ярко, темпераментно выполнять упражнения, совершенствовать каждый жест. Естественно, от такой дружбы, такого подражания Лена получила очень многое: она стала настойчивее, у нее развился музыкальный слух.

Казалось бы, все идет так, как нужно, спортивный путь будет ровным, восходящим. Но то и дело бывали срывы. Порой зрители, да и тренеры, считали, что вот последний вид состязаний и . . . Лена чемпионка. Но как раз тут-то она и подводила своих болельщиков и тренера.

— Почему так происходило? — Лена задумалась. — Теперь, когда я не выступаю, когда сама стала тренером, многое прояснилось. Мне кажется, что неудачи мои случались оттого, что долгое время мне не хватало целеустремленности. Было трудно тренироваться по четкому плану, затем выступать так, как намечено. Да, поставить перед собой цель и добиться ее. Я, конечно, все это понимала, но . . . ничего поделать с собой не могла, увлекалась теми элементами, теми упражнениями, что мне нравились.

Мои упражнения состояли из плавных, пластичных движений. И казалось, что получается неплохо. Но мне хотелось кружиться в вихре задорных танцев, исполнять головокружительные комбинации под музыку динамичную, бравурную.

Однако в дальнейшем Мария Вартановна сумела научить Лену ставить перед собой цель и стремиться достигнуть ее.

Как бы то ни было, перед третьим чемпионатом мира, когда решался вопрос о составе сборной команды, назвали и имя Лены Карпухиной. Назвали, однако обсуждали ее кандидатуру долго. И понятно почему: все знали ее „артистизм“ и догадывались, к чему он может привести на турнире в Копенгагене. Но в то же время было известно, что в пятнадцать лет Лена на чемпионате Москвы обыграла Савинкову! Что на многих зарубежных товарищеских встречах „художниц“ Карпухина не раз занимала верхнюю ступеньку пьедестала даже тогда, когда в соревнованиях участвовали лучшие гимнастки нашей страны, известные спортсменки мира, в том числе Мария Гигова.

Однако это не очень-то убеждало участников тренерского совета. Окончательное решение было принято лишь после традиционного турнира на Кубок страны, где Лена заняла общее второе место.

Тем не менее ее включили в сборную команду страны лишь в качестве запасной. — И вот мы приехали в Копенгаген, — рассказывает Лена, — красивый, древний город.

Начались соревнования. Зрителей было очень много. И это подняло дух, но выступать мне предстояло далеко не сразу, а я люблю выходить в числе первых. Вот и случилось, что я перегорела. Да, да. Сначала была очень спокойной, на удивление спокойной. Как всегда, проделывала в памяти все комбинации, но потом вдруг стала припоминать то, что у меня получается плохо. А это,

которой не было
солютной чемпио
двухлетним, а то
енной гимнастич
отрицает этого. Е
известному трен
н, воспитавшей
первую абсолют
ом зале москов
илой Савинковой

озностью, темпера

ние дружит с тем
потому, что очень
пор, пока та не

м ей подражать.

же ярко, темпера

т. Естественно, от

ногое: она стала не

удет ровным, восхо

енеры, считали, что

ак раз тут-то она и

когда я не выступи

жется, что неудачи мо

стремленности. Был

так, как намечено. Д

это понимала, но...

нтами, теми упраж

ений. И казалось, что

зазорных танцев,

у динамичную.

Лену ставить перед

огда решался вопрос

ной. Назвали, однако

знали ее „артистич

Копенгагене. Но в то

мпионате Москвы

щеских встречах

ьку пьедестала даже

стки нашей страны

о совета. Окончате

ра на Кубок страны

ишь в качестве запас

а, — красивый, доре

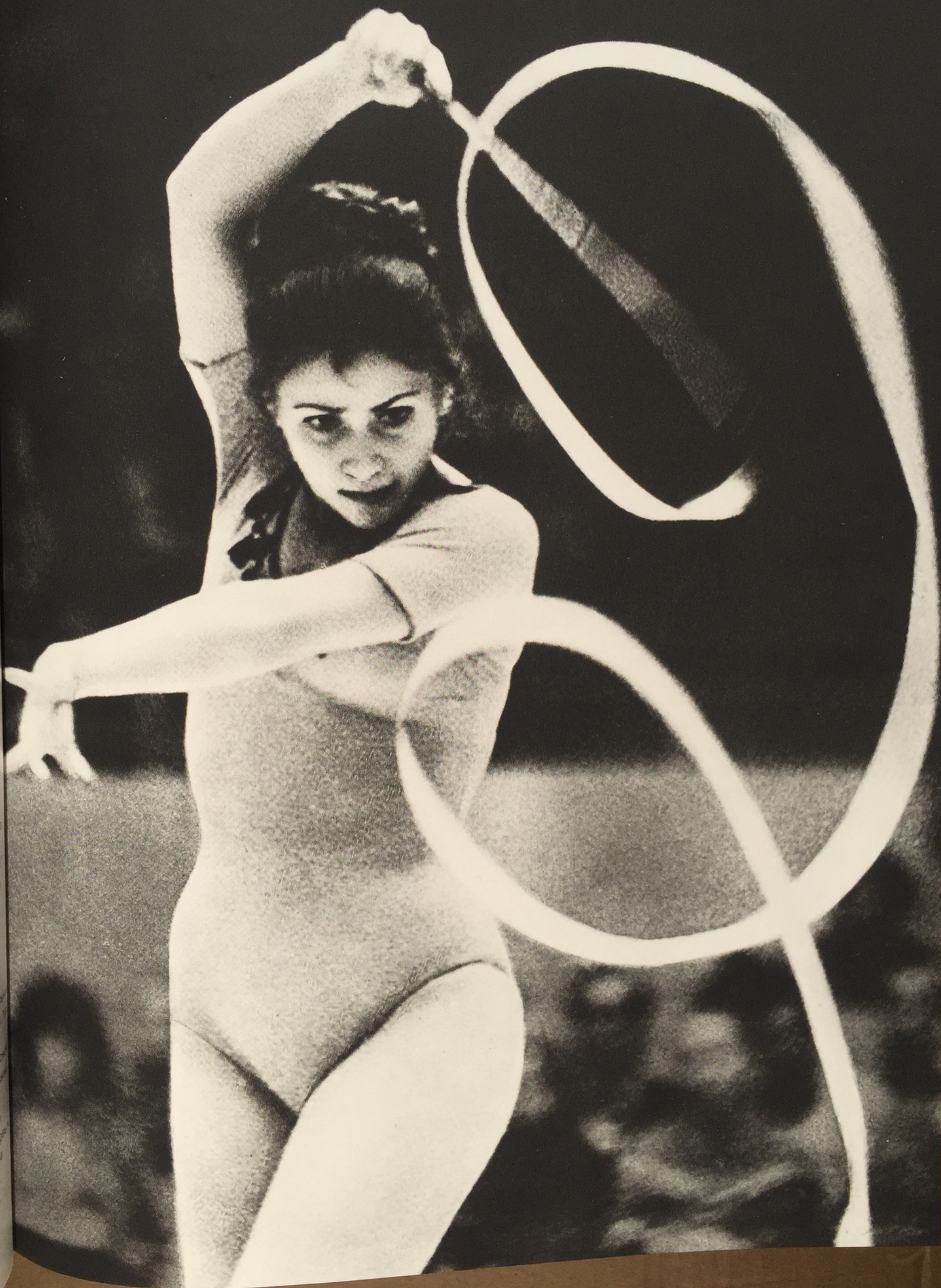
это подняло дух, но

ыходить в числе пер

очень спокойной, но

ти все комбинации

ается плохо. А это



знаете ли, не лучшее, что может сделать спортсмен перед выходом на старт. Ну и дошла до того, что чувствую: выступать не могу. Не могу — и все тут. Сказала Марии Вартановне. Та чуть удивилась, обняла за плечи, проговорила медленно: „А ты не думай о баллах. Вспомни лучше о том, как ты побеждала. Выступай так, чтобы тебе самой нравилось, тогда понравится и судьям, и зрителям“. Я как-то успокоилась, стала думать о том, чтобы завоевать симпатии зрителей. Однако время тянулось медленно, и я снова начала сникать. Как во сне я вышла на середину зала.

Вот тут-то, пожалуй, и началось то, что и вывело Лену Карпухину на вершину пьедестала. Когда она стала в исходное положение, обрамляя себя обручем, зал притих. Потом, после начальных звуков второго концерта Чайковского, когда Лена сделала первые движения, по трибунам прошел какой-то шелест, и Лена подспудным чутьем ощутила напряженность зрителей. Мелькнула мысль: кажется, все в порядке. Она почувствовала себя раскрепощенно, свободно, в душе все запело. А обруч . . . Обруч стал прямо-таки частью ее самой. Он отражал малейшее ее движение, оттенки настроения. Он „болел“ за нее, помогал ей! И вот смолкли звуки чудной музыки. Лена замерла вместе с последним ее аккордом. Зал еще чего-то ждал, а потом разразился аплодисментами. Оценка была очень высокая.

— Ну, а дальше было легче, — проговорила Лена. — Я поняла, что сердца зрителей завоеваны, и в остальных видах выступала так же непринужденно. И вот . . .

— Лена умолкла.

Кстати, после чемпионата мира в Копенгагене Лена „нашла себя“. Видимо, эти соревнования были переломными в ее спортивной судьбе. Вероятно, тут она почувствовала в себе силу и стала известна как „художница“ озорная, стремительная, предельно веселая. Ее самобытность, оригинальность развернулись в полной мере. Каким-то только ей ведомым способом она научилась открывать для зрителей целый мир прекрасного, удивительного. Может быть, секрет в том, что Лена всегда искренна, всегда отдает зрителям весь жар своей души. А может быть, так происходит потому, что Лена — художник и в жизни.

И сейчас Лена после окончания института физической культуры, когда пришла в родные „Крылышки“ в новом качестве, осталась искренней, все отдающей своей любимой художественной гимнастике, своим малышам. Она хочет стать таким же тренером, как Мария Вартановна . . .

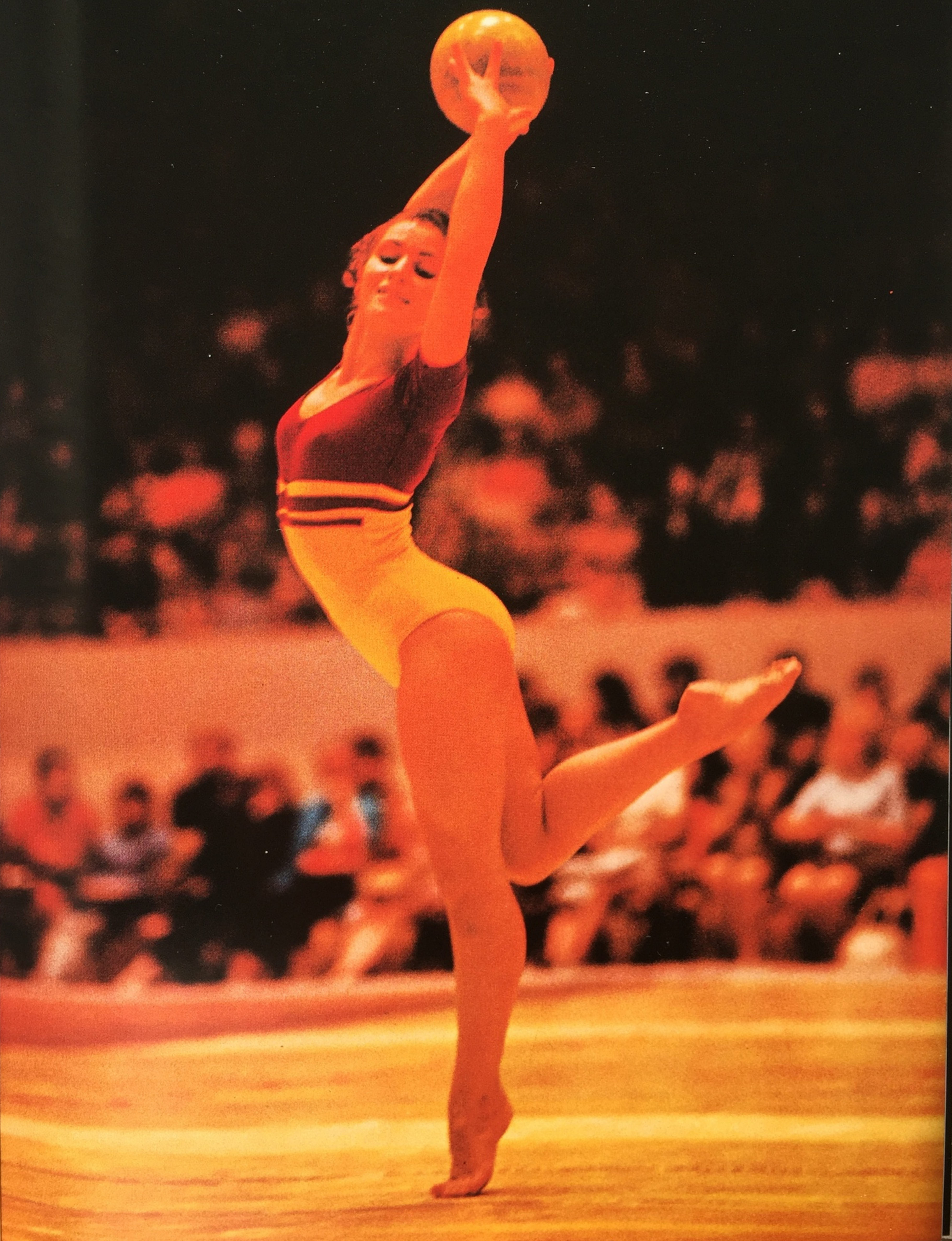
на старт. Ну
е тут. Скажи
та медленн
Выступай
ителям". Я
зрителей.
о сне я

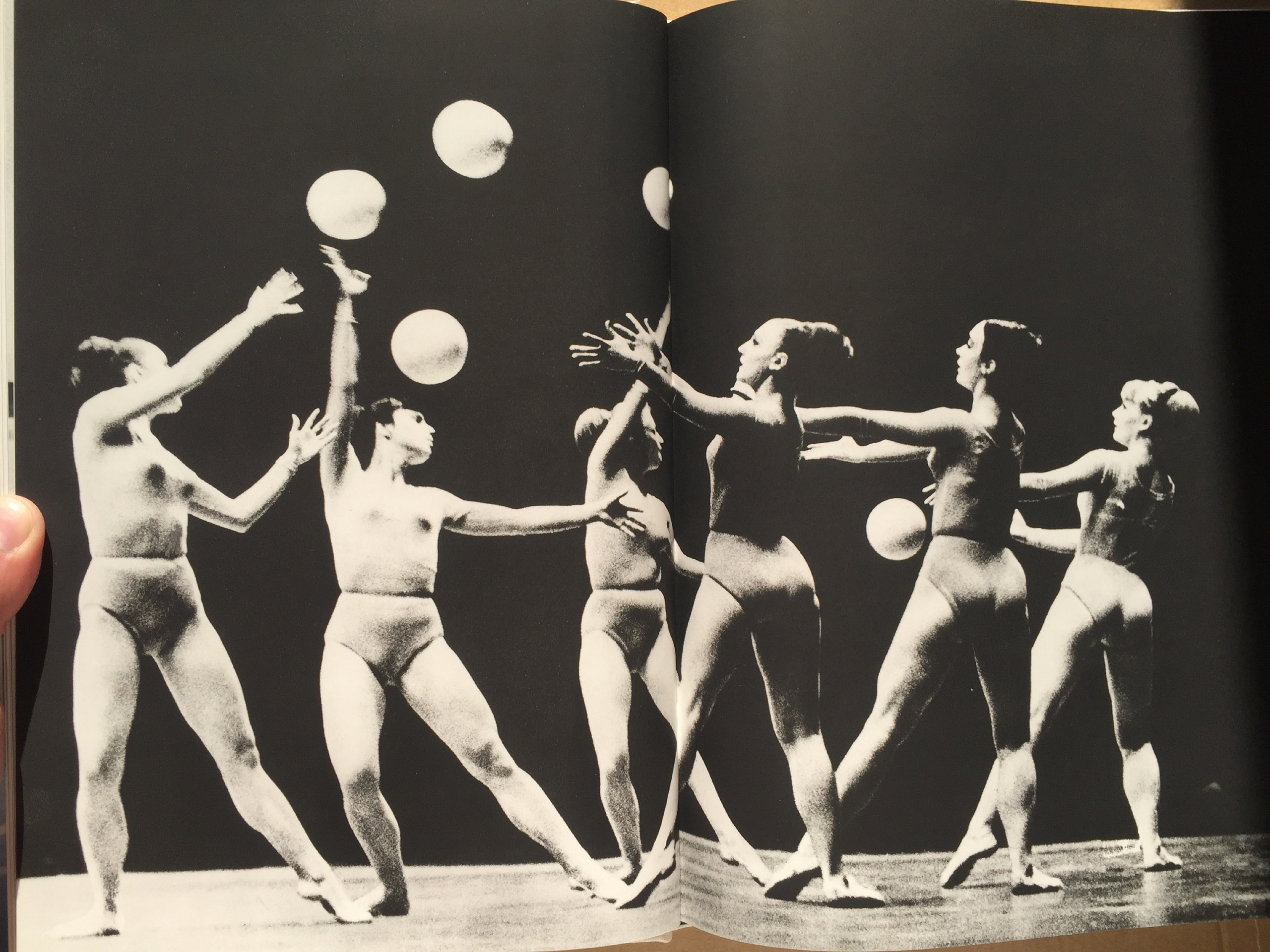
на вершину
обручем, за
ского, когда
мест, и Лена
мысль:
вободно, в
ой. Он отража
могал ей!
едним ее
ами. Оценка

ердца зрителей
И вот...

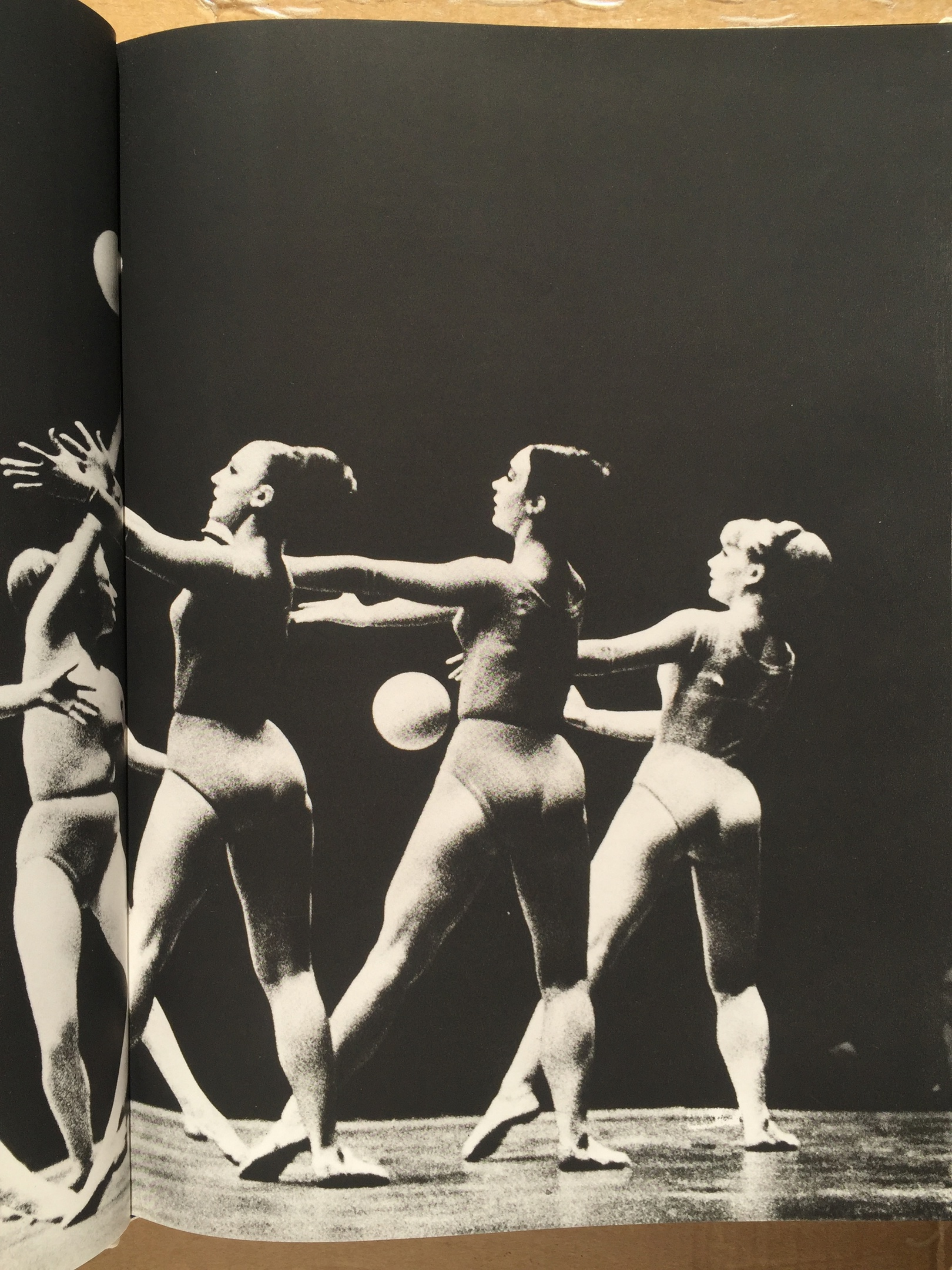
Видимо, эти
о, тут она
ная, стреми
вернулись в
сь открывать
секрет в том
уши. А может

огда пришла
отдающей
хочет стать









Порыв и вдохновение

Медаль отдалялась. Медаль чемпионки мира, на которую она рассчитывала, что уж тут скрывать! Дважды Галима была близка к ней — в 1969 году и еще через два года. Оба раза она уступала „золото“ Марии Гиговой, замечательной болгарской „художнице“. И вот снова после первого дня состязаний в Амстердаме впереди Гигова. А „виноват“ в этом опять обруч . . . Да, Галима не только его уронила, но еще и вышла за площадку. И судьи, конечно, тут же сбросили за это еще две десятиые. Однако почему? Ведь на семинаре судей было решено за такой выход за пределы поля оценку не снижать.

. . . Мысли Галимы были прерваны появлением старшего тренера сборной страны Валентины Батаен. Она вошла в холл гостиницы, села в соседнее кресло.

— Ну, Галима, не надо расстраиваться, — проговорила она спокойно, по-деловому. Впереди еще два вида. Завтра и догонишь Марию.

— Едва ли, Валентина Григорьевна. — Галима вздохнула. — Вот если бы не эти две десятиые.

— Ну за них мы еще поборемся! — сказала Валентина Григорьевна. — Протест подан. Так что не горюй. Думаю, отвоюем твои десятиые. — Валентина Григорьевна встала и добавила поостороже: — Пошла бы ты отвлеклась от соревнований... „Конечно, хорошо, если Валентине Григорьевне удастся отвоювать десятиые, тогда еще можно будет поспорить с Марией“, — подумала гимнастка.

Галима вздохнула, чуть прикрыла глаза, и перед ней кинематографической лентой побежали воспоминания . . .

Вот она, Галочка Шугурова, впервые переступает порог спортивного зала. Становится в шеренгу таких же десятилетних девчушек, таких же угловатых, неловких, смущающихся от необычной обстановки. Это 1963 год. Год, когда чемпионкой мира стала советская „художница“ Людмила Савинкова. Когда Галочка услышала это, она удивилась: как же так, проходил чемпионат Европы, а Савинкова объявлена чемпионкой мира?

Галина Павловна Горенкова, замечательный тренер, наставник и друг, объяснила, почему так случилось, и Галочка вдруг проговорила:

— Как интересно! Я тоже хочу . . . — и замолчала.

— Быть чемпионкой мира? — улыбнулась Галина Павловна.

Галочка потупилась.

— Что же, каждый, кто занимается спортом, должен мечтать о победах.

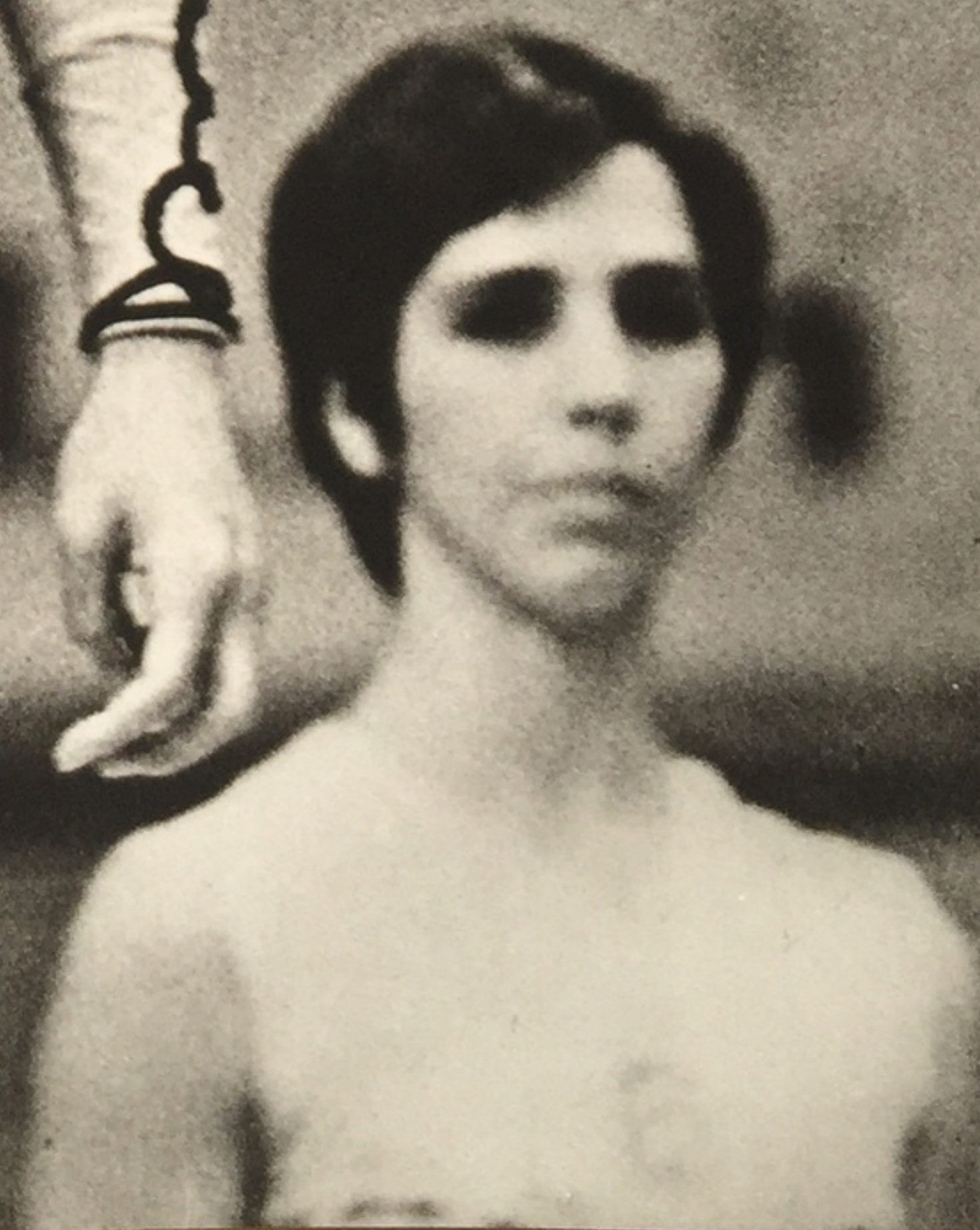
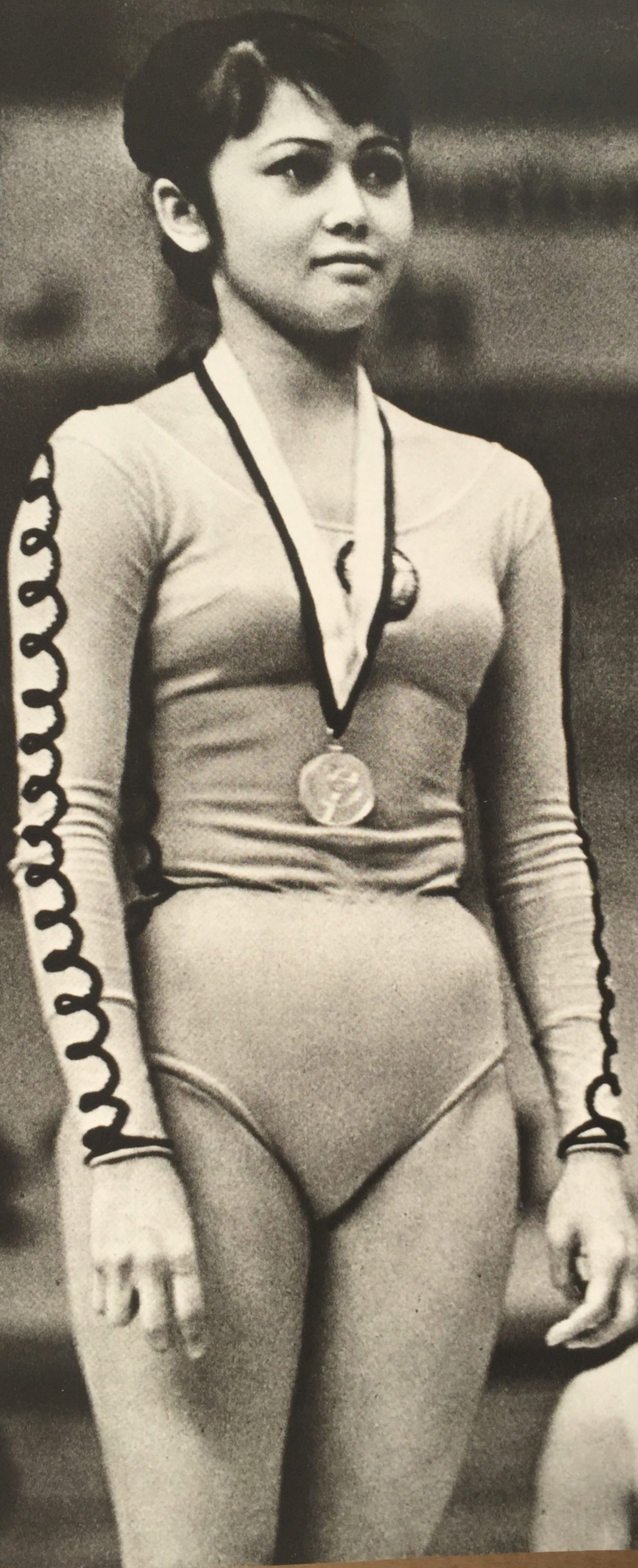
Разговор состоялся в Омске чуть ли не полтора десятка лет назад, но и по сей день его помнит Галима. И понятно почему: это было началом ее восхождения. Пожалуй, именно с того дня она стала особенно горячо заниматься: не только выполняла то, что требовала Галина Павловна, но и сама бежала к станку каждую свободную минуту, чтобы повторить еще раз — которую уж сотню раз! — упражнения на гибкость, на растягивание, элементы хореографии. Она стала прямо фанатиком любимого спорта.

И, конечно, это не прошло бесследно. Галочка быстрее, чем ее подруги, совершенствовала свое мастерство. Она стала занимать первые места на омских состязаниях, потом на российских: в 1967 году была серебряным призером чемпионата России, а в 1970-м — чемпионкой страны. Спустя два года этот титул снова был у Галимы Шугуровой, а через год — еще раз!

Вспомнив последний турнир, Галима чуть вздохнула: нелегко ей досталась победа. Тогда ей пришлось сражаться за десятиые балла, даже сотые с такими серьезными соперницами, как Елена Карпухина, Наташа Овчинникова. Обруч Галимы в тот раз показал себя истинным другом, в ее руках он был прямо-таки живым. В результате — 9,8 балла! Такая же высокая оценка за упражнения с лентой вывела ее на первое место.

Сколько она тогда услышала лестных слов! Коллеги говорили, что музыка Бизе из оперы „Кармен“ создана для нее. Журналисты писали, что появилась новая Кармен, что ее темперамент, мастерство заставили по-новому звучать эту музыку. В сущности, это было совсем недавно, буквально несколько месяцев назад, и почему она должна сейчас падать духом? Разве у нее поубавилось мастерства, темперамента? Разве завтра ей не выступать с той же лентой? Галима встала и пошла в свой номер. Там никого не было, и она, приведя себя в порядок, вышла на улицу. Нет, конечно, она не была необщительной. Пожалуй, наоборот. Но сейчас ей ни с кем не хотелось встречаться. Ей почему-то казалось, что подруги будут смотреть на нее сочувственно. Ведь все они прочили ей победу.

ла, что уж
через два
олгарской
вперед
ронила, но
е две
выход за
ой страны
О.
еловому.
эти две
отест
оигорь-
ований...
тые,
кой лен-
ла.
затых,
когда
огда
Европы,
бья-
по сей
ждения.
олько
у
ню раз!
стала
совер-
их со-
м чем-
итул
сь
ими
ыл
за
ка
лась
ать эту
сяцев
ь
я себя в
жалуй,
звалось,
победу.



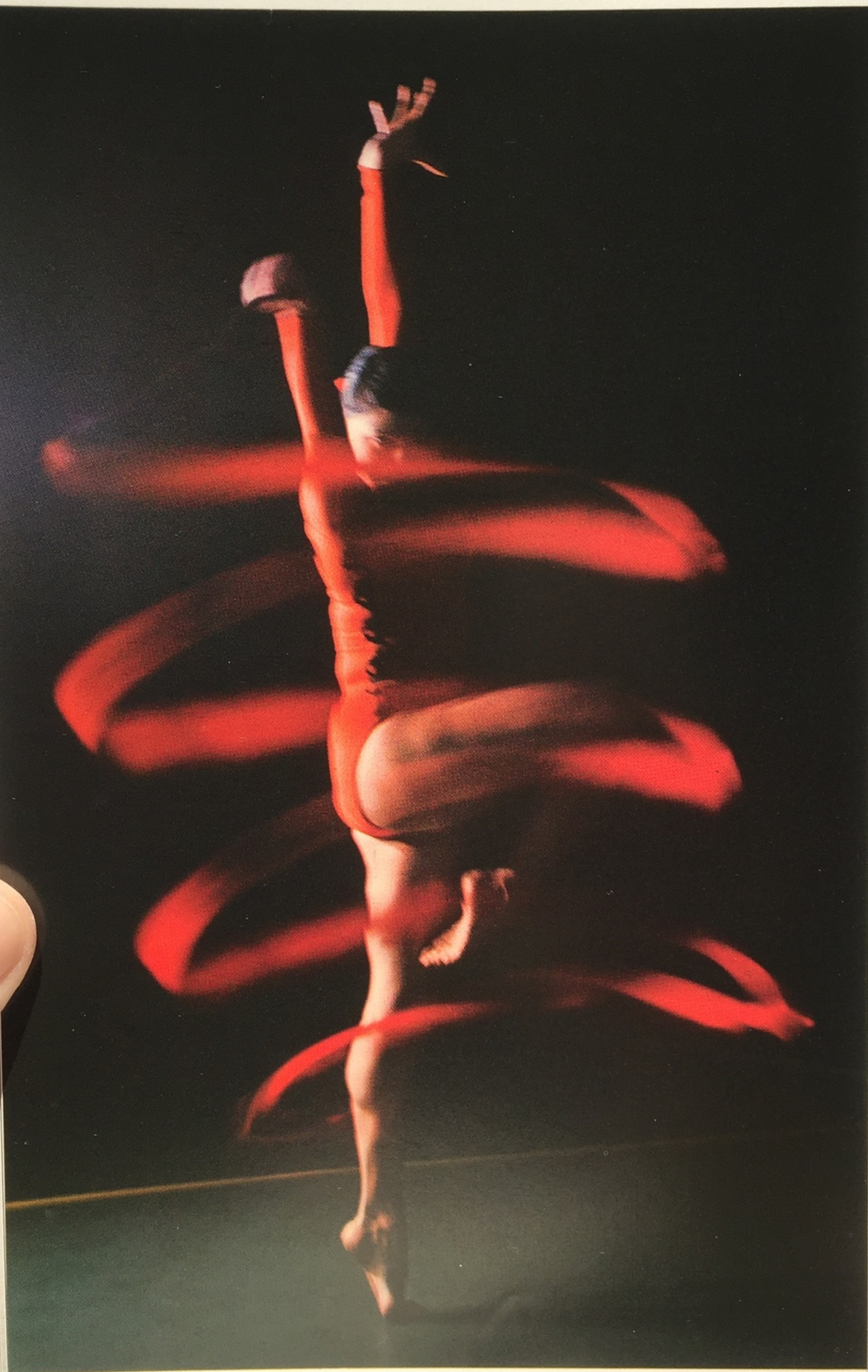
Галима прекрасно знала, что основная соперница — Мария Гигова подготовлена отлично, знала, что и ее соратницы по команде и другие участницы в прекрасной форме. Она понимала: выиграть сможет лишь тот, у кого крепче нервы.

И Галима, глубоко вздохнув, направилась в музей, как бывало и в Омске, когда хотела отвлечься. Впрочем, не только для этого она ходила в музей. В картинах художников, в скульптурах она невольно искала то, что может пригодиться ей в тренировках, в ее произвольных упражнениях. Это были то необычные позы, то яркие сочетания красок, которые можно было затем применить в костюме для каких-либо композиций . . . Но сейчас Галима хотела забыть о чемпионате. И вот она в музее. Благоговейная тишина. Людей немного. Видимо, только те, кто по-настоящему любит живопись. Галима ходит по блестящему паркету, подолгу стоит у картин Иоганна Ионинда . . .

Его пейзажи — яркие, жизнерадостные — заметно отличаются от картин других художников Голландии, живописующих пейзажи строгие, суровые, как бы подчеркивающие тяжелый труд людей, облагораживающих землю. Особенно это чувствовалось в картинах Ван Гога . . . Картины голландских художников Галиме нравились, но действовали на нее угнетающе. Персонажи их казались какими-то неживыми, что ли. Однако, когда она оказывалась у полотен Рембрандта, все менялось. Его картины







были как взрыв! Пучки света, точно обозначающие отдельные детали лиц, костюмов персонажей, как бы высвечивали главную мысль самого художника и в то же время будоражили чувства ее, Галимы, да, видимо, и многих посетителей. И она подумала: „Хорошо бы так же уметь „высветить“ в гимнастических композициях и свою задумку“.

С этой мыслью она ушла из музея. Когда Галима вернулась в гостиницу, там ее уже ждала Галина Павловна. Увидев ученицу, поспешила к ней, радостно воскликнула:

— Галима! Две десятые — наши!

— Вот и отлично, — как-то отрешенно ответила Галима.

— Галочка! Что с тобой? — всполошилась тренер, невольно называя Галиму Галочкой. — Не заболела?

— Не-ет . . . была в музее, — неохотно проговорила Галима.

— А-а, — успокоилась Галина Павловна, зная, как действуют на ученицу такие „культпоходы“. — Это хорошо, но ты, кажется, уж совсем забыла о чемпионате. Видишь ли, теперь, когда тебя отделяют от Марии лишь полторы десятых балла, тебе нужно . . .

Галима внимательно стала слушать наставницу. И это была не только приобретенная привычка, это было нечто большее: Галима как-то призналась мне, что ценит в своем тренере умение понять ее настроение, верно обрисовать обстановку на состязаниях, найти нужный тактический ход.

света, точно
детали лица
как бы вы-
самого
будоражи-
идимо, и
на подумав-
ть, «высвети-
вициях и сво-

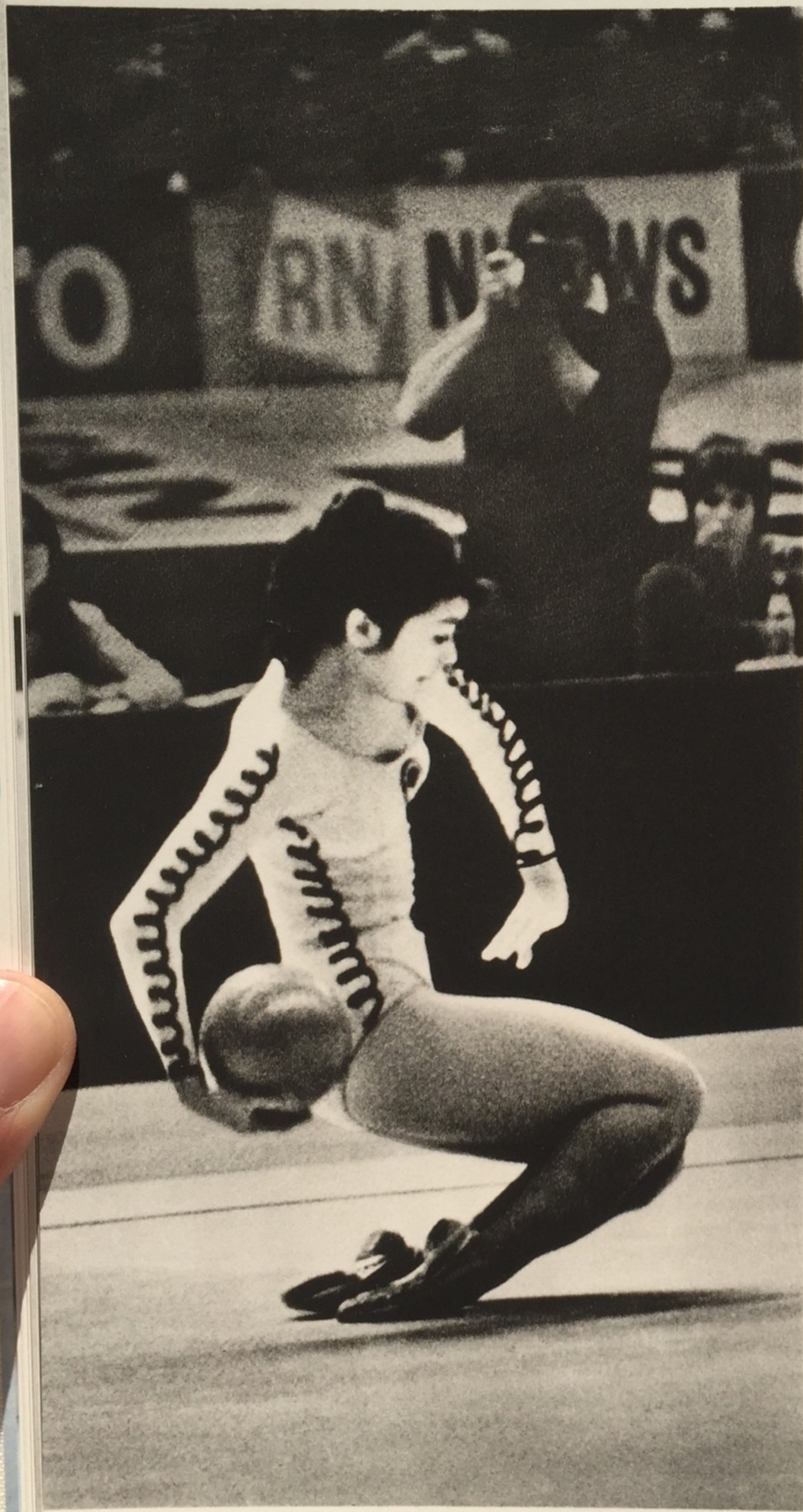
из музея.
в гостиницу
Павловна.
ла к ней,
наши!
отрешенно

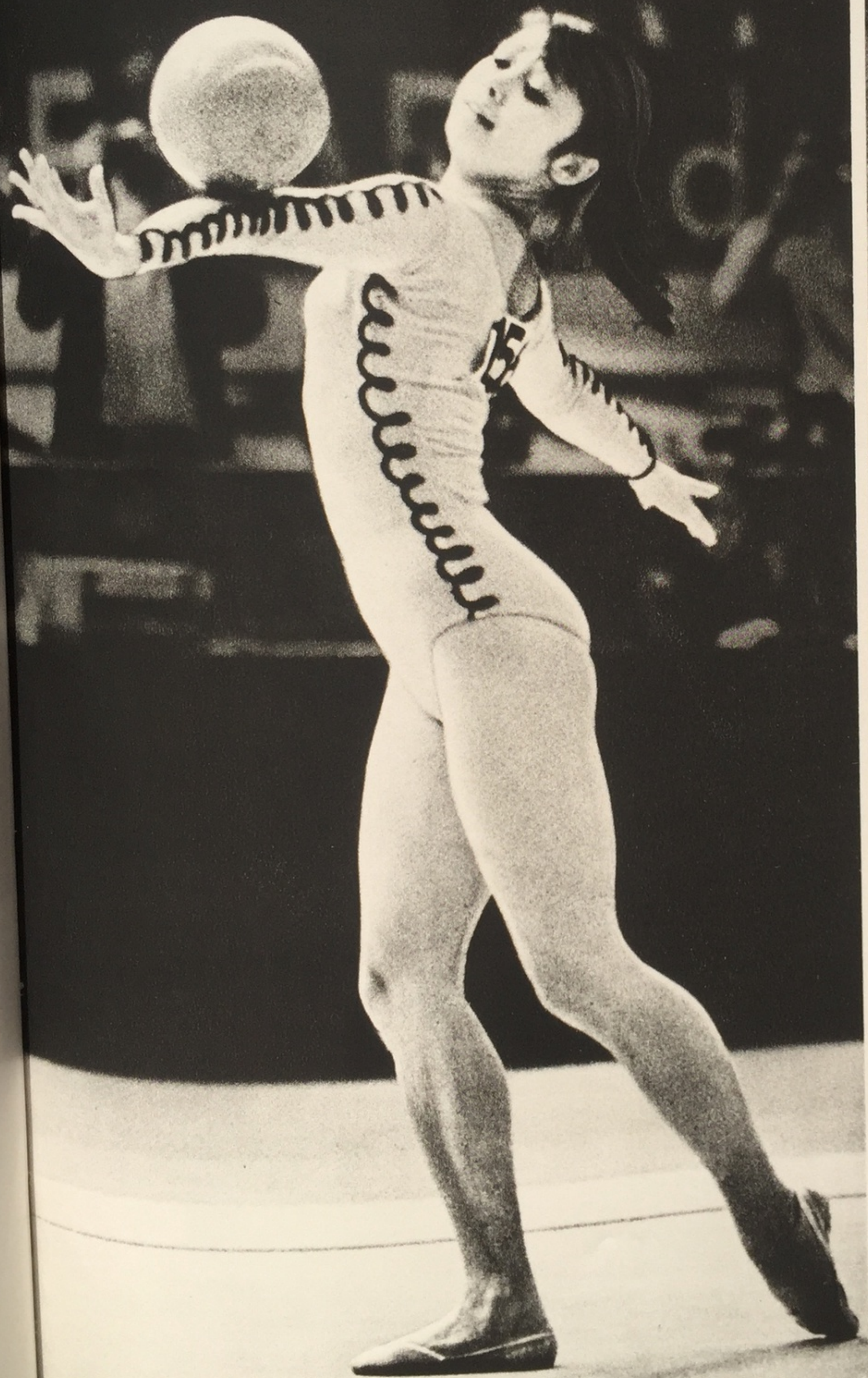
— всполо-
называя
аболела?
— неохотно

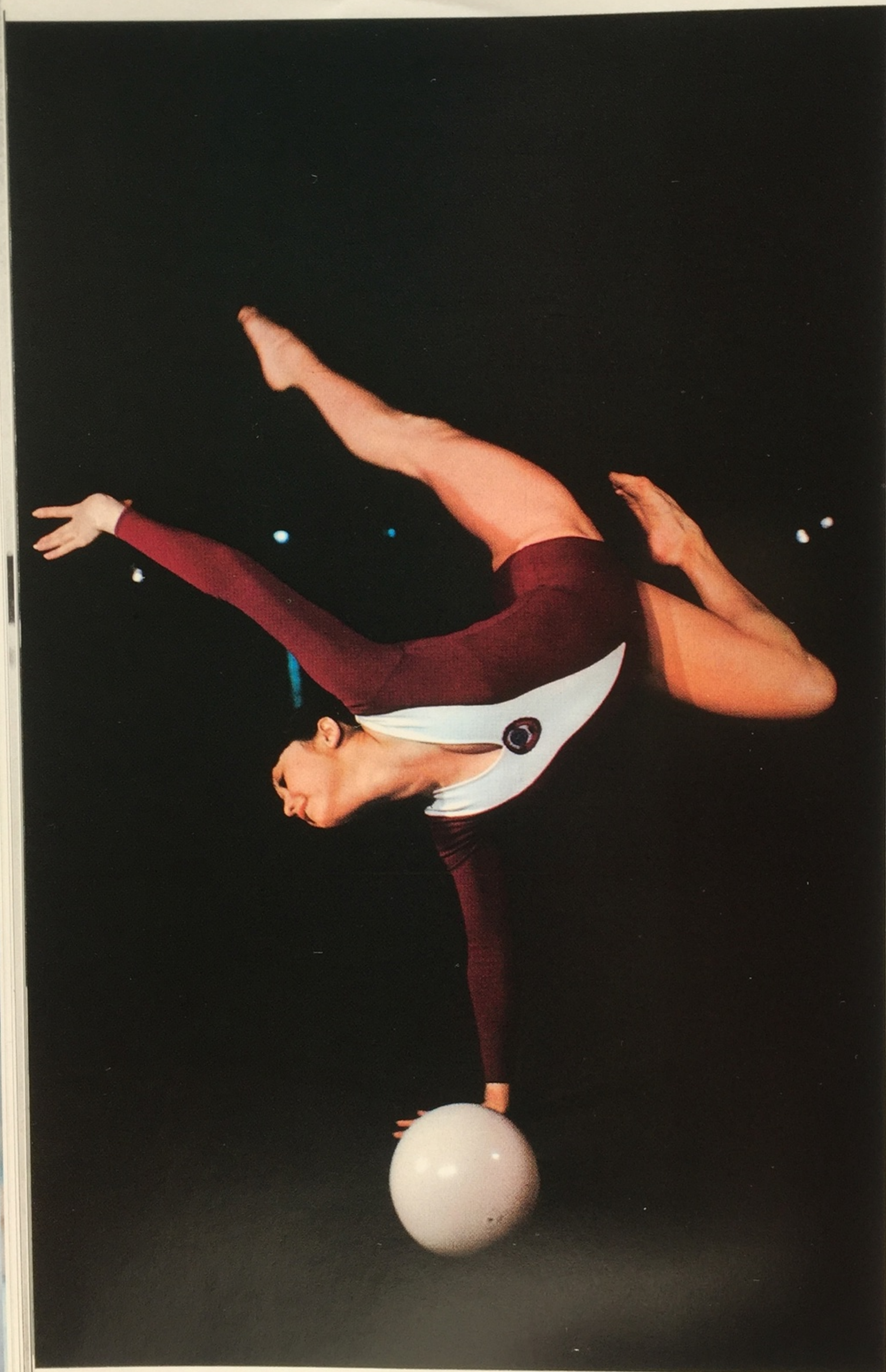
ина Павловна,
еницу такие
орошо, но ты
ла о чемпио-
когда тебя
полторы
ю...

а слушать
е только при-
о было нечто
призналась
енере умение
но обрисовать
ях, найти









И сейчас Галима, постепенно уходя от впечатлений, навеянных музеем, все больше проникалась мыслями тренера. И незаметно включилась в обсуждение вариантов завтрашней борьбы.

День следующий оказался очень напряженным, но радостным.

Она выступала как никогда раньше. Казалось, что все свое вдохновение, весь свой порыв, свое мастерство приберегала она для этого дня. Мяч в ее руках был прямо-таки живым существом.

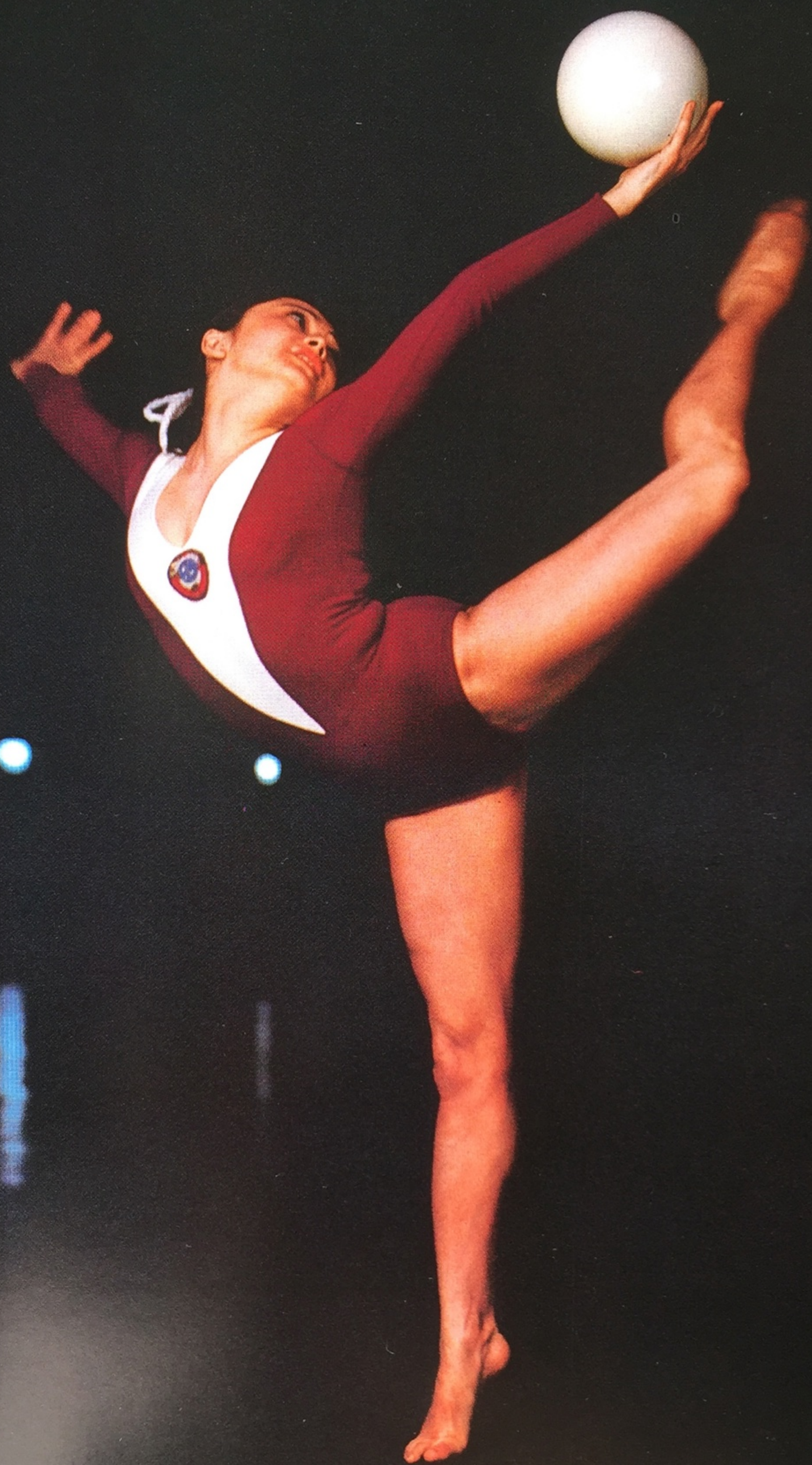
Наградой за такое единство и мастерство была оценка 9,8 балла. На пять сотых больше, чем у Гиговой.

И вот зазвучала музыка Бизе. Зрители притихли. Оранжево-солнечный костюм Галимы, ярко-красная лента сверкали фантастическими оттенками. Музыка Бизе, казалась, обрела жизнь во плоти. Движения Галимы, прыжки и пируэты, взлеты ленты в самых патетических местах музыки создавали невероятно экзотическую картину.

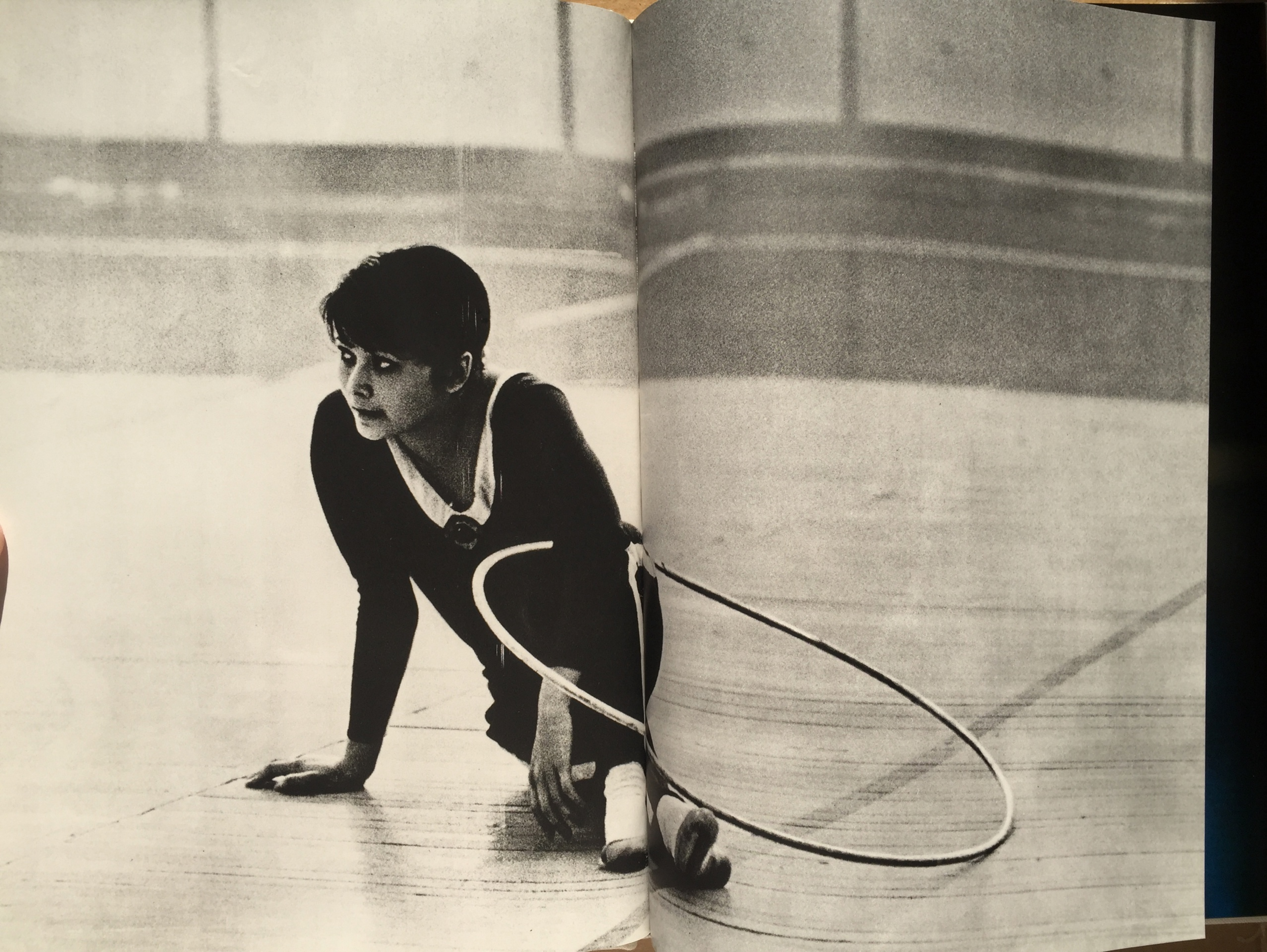
Галима зажгла зрителей темпераментом, как бы взрывом всех своих чувств!

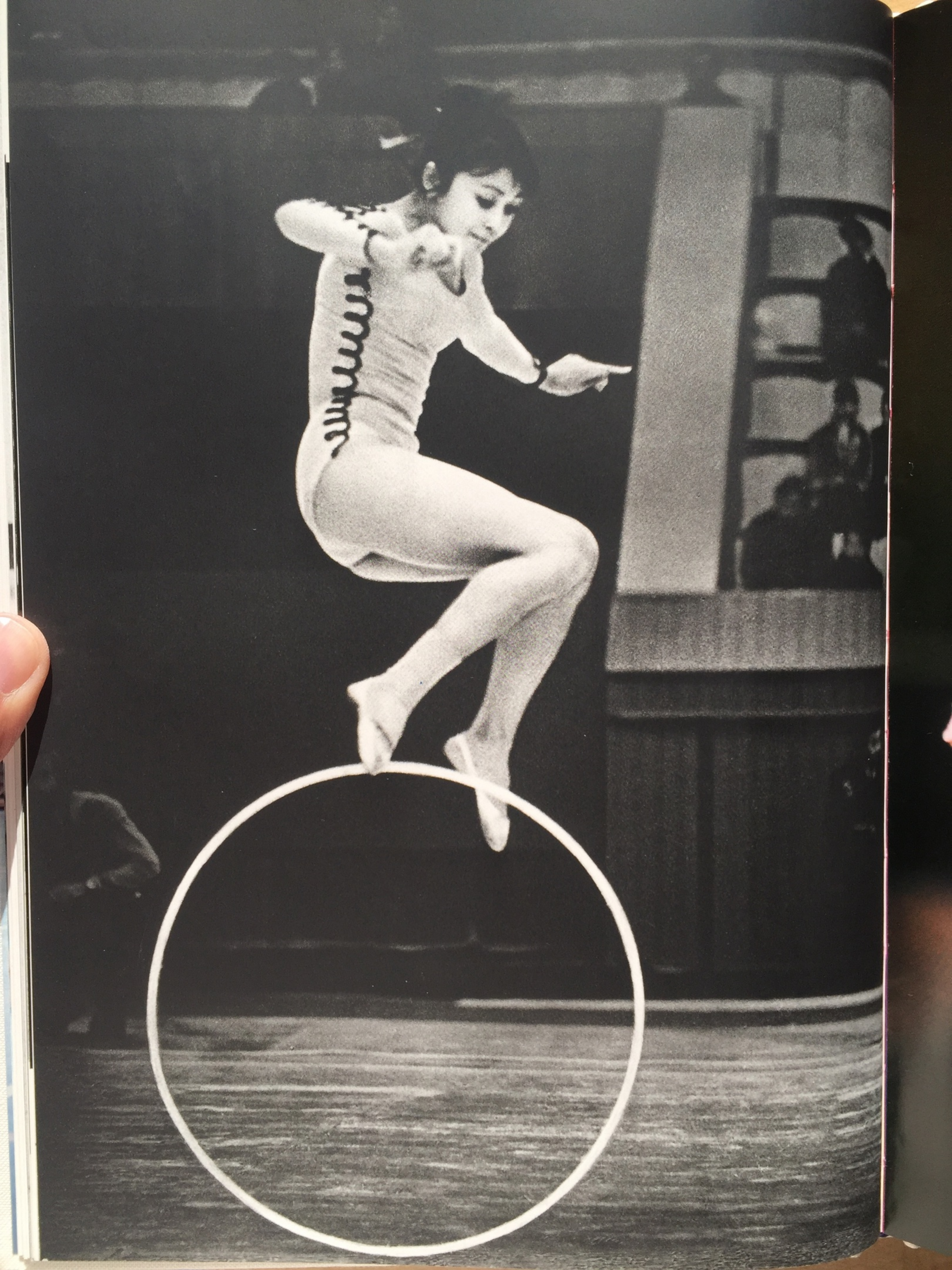
Даже судьи не могли остаться равнодушными. 9,75! Эта оценка вывела Галиму на высшую ступеньку пьедестала почета. Да, поставила ее рядом с Марией Гиговой, признанной „художницей“, трехкратной чемпионкой мира. Галима, девушка из Сибири, оказалась рядом с ней. Это ли не победа! Победа порыва и вдохновения!

но ухаживать за
узелом, во
ями трени
обсужда
бы.
очень не
...
а раны
новое
ерство
Мяч в не
ным
...
и мастер
На пять
ой.
изе. Зритель
ный костю
та сверка
и. Музыка
нь в пол
и и пиру
тически
невероятно
...
мперан
своих
...
ья равно
а вывел
ьку пье
ее рядом
ой „худ
ионкой
и, оказав
еда! Побе



К





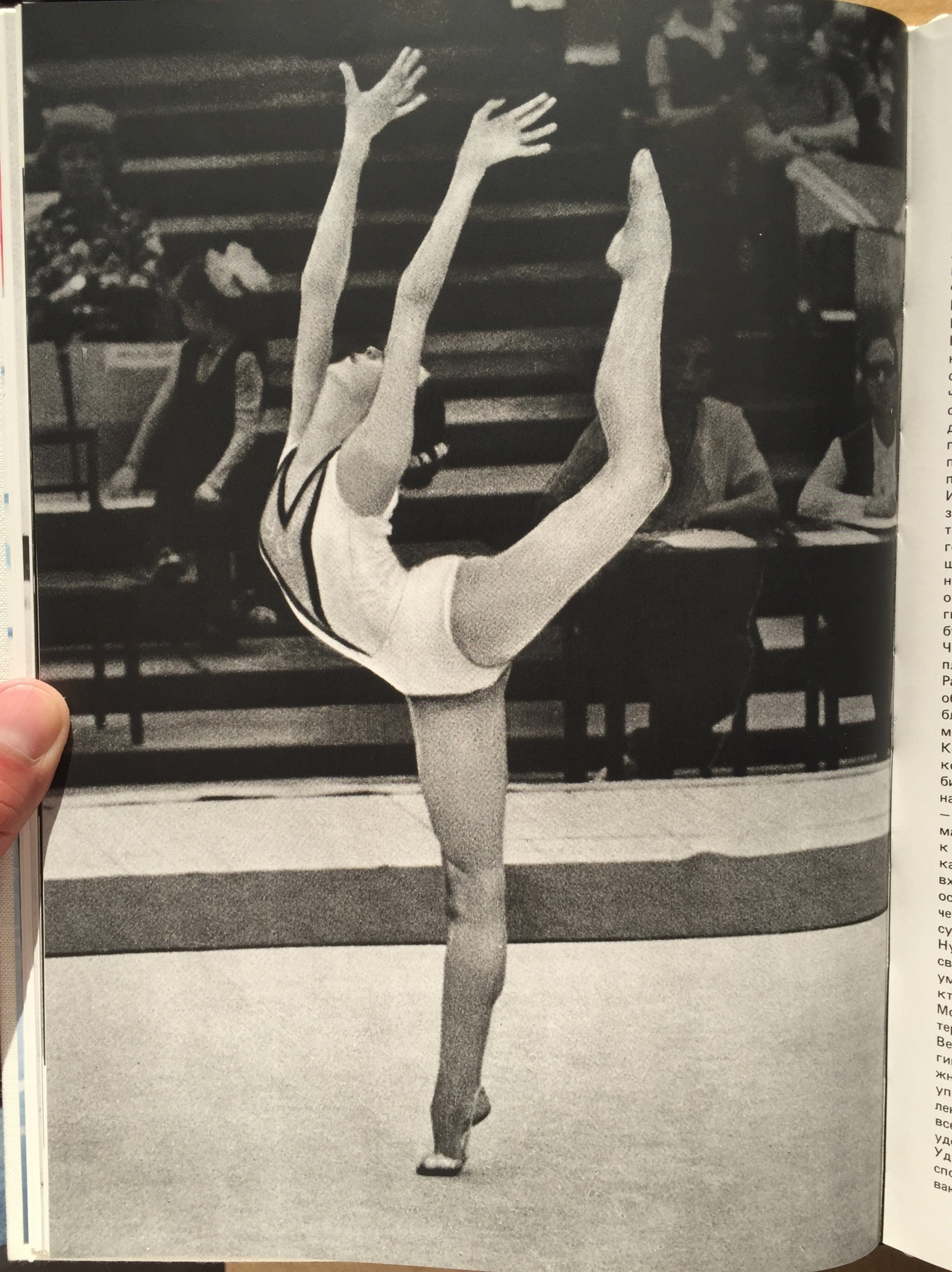


Расчет и вдохновение

Сначала она сказала:
— Хочу быть такой, как мама . . .
Потом уточнила:
— Хочу быть тренером . . .
И наконец:
— Мечтаю воспитывать девчонок. Но понимаю: прежде нужно самой пройти спортивный путь, стать хорошим мастером спорта.
Первое свое желание высказала девчушка лет шести, когда вместе с мамой пришла в спортивный зал.
Второе — в день первой победы на соревнованиях ДСО „Спартак” в Киеве.
Ну а третье услышал я совсем недавно . . .
Спортивный зал тренировочной базы для сборных команд страны. Огромный, весь застекленный и посему светлый даже в самые облачные дни, он сверкал темно-зеленым пластиком пола, переливался красками полотнищ знамен, наполнялся звуками музыки. Ирина в элегантном тренировочном костюме разучивала новый вариант упражнений с лентой. Она проделывала комбинацию дважды, трижды . . . Потом подходила к роялю и просила пианиста — Бориса Бабаяна несколько ускорить темп в одном месте, играть чуть мажорнее в другом. Советовалась со своим тренером и матерью Альбиной Николаевной о каких-то нюансах исполнения и снова шла на середину зала, и снова звучала музыка, все более органично вплетаясь в канву комбинации. Четкость движений, слитность их с музыкой казалась совершенной, но Ирина была недовольна. Наконец, когда она, после, вероятно, двадцатого повтора упражнений, подошла к скамейке и, устало дыша, стала перебинтовывать ногу, чуть подвернувшуюся на вчерашней тренировке, мы познакомились, разговорились. Вот тогда-то Ирина и сказала о своем третьем желании . . . И, как мне кажется, в нем выражена самая суть этой девушки, ее отношение к жизни.
Целеустремленность для Ирины — нормальное состояние. В жизни она чрезвычайно приветлива, но сдержанна, охотно ведет разговор, но без особых эмоций, когда же в беседе находит что-то интересное, становится прямо-таки настойчиво внимательной. Улыбается она очень доброжелательно, однако как-то чуть-чуть снисходительно. У меня сложилось впечатление, что Ирина уже сейчас ощущает себя воспитателем. Впрочем, то же подтвердила и ее тренер. Альбина Николаевна сказала, что Ирина чуть ли не с тринадцати лет помогала ей проводить вводную часть занятий, составлять произвольные упражнения для девочек. Да и сейчас она с удовольствием занимается с малышками. Вокруг нее всегда вертятся девчушки, то спрашивают что-то, то просят показать, как делается то или иное упражнение.
Пожалуй, из этого описания облика Ирины уже ясно: она понимает, к чему стремится. Ну, а что касается вдохновения, то лучше всего оно, разумеется, проявляется в дни состязаний. Хотя и во время генеральных тренировок оно не покидает Ирину. Не удивительно, что у Ирины Дерюгиной, этой внешне спокойной, сдержанной девушки, и вдохновение выражается соответствующим образом. Вдохновение не проявляется напоказ, не поражает буйством красок, оно в каких-то едва заметных жестах, движениях руки, кисти, даже в выражении глаз. Говоря это, я вспоминаю концовку ее упражнения с лентой . . . Чуть заметное дрожание жезла в момент, когда тореадор пресекает атаку быка, чуть вздернутая голова и еле заметное движение бровей. Это уж, как говорится, для самых посвященных в тайны художественной гимнастики.
Я не понимаю, как взаимосвязаны точный расчет и вдохновение, но в этом, на мой взгляд, суть Ирины как представительницы художественной гимнастики. Когда я спросил у Альбины Николаевны, как проходила работа над „образом тореро”, она, чуть усмехнувшись, сказала:
— Знаете ли, эту тему мы нашли случайно. До сих пор не могу понять, как не заметила в своей дочери „испанку”. Было это так. Мы готовили групповые упражнения с лентой на испанские мотивы. И вдруг увидели, что лучше всего упражнения получаются у Ирины! Она как бы преображалась, услышав мелодию. В общем, решили мы с ней составить произвольные на пасадобль. Сначала ничего не получалось. То ли не смогла Ирина сразу проникнуться образом, что заложен композитором в произведении, то ли не хватало порыва, вдохновения. . . Не знаю. Но однажды после тренировки мы решили проделать упражнения в

ти
ой при-
е.
ный,
жал
ме раз-
ию
оиса
дру-
о каких-
ыка,
слит-
вконец,
скем-
вчераш-
сказала
суть
езвы-
юций,
ойчиво
-чуть
ущает
лаевна
одную
йчас
ся
иное
у стре-
ро-
не
токой-
обра-
оно
нии
за-
чуть
я,
м, на
ики.
зом
к не
е
сего
ело-
ачала
м, что
вения...
я в





присутствии всех занимающихся и . . . И поняли, что „испанка“ у нас будет! Ирина вдруг зажглась, жесты и движения ее стали предельно четкими, в лице появилась тревога, напоминающая ту, что бывает заметна на лице человека, стоящего перед опасностью. И . . . все пошло, как нужно. — Альбина Николаевна глубоко вздохнула. —

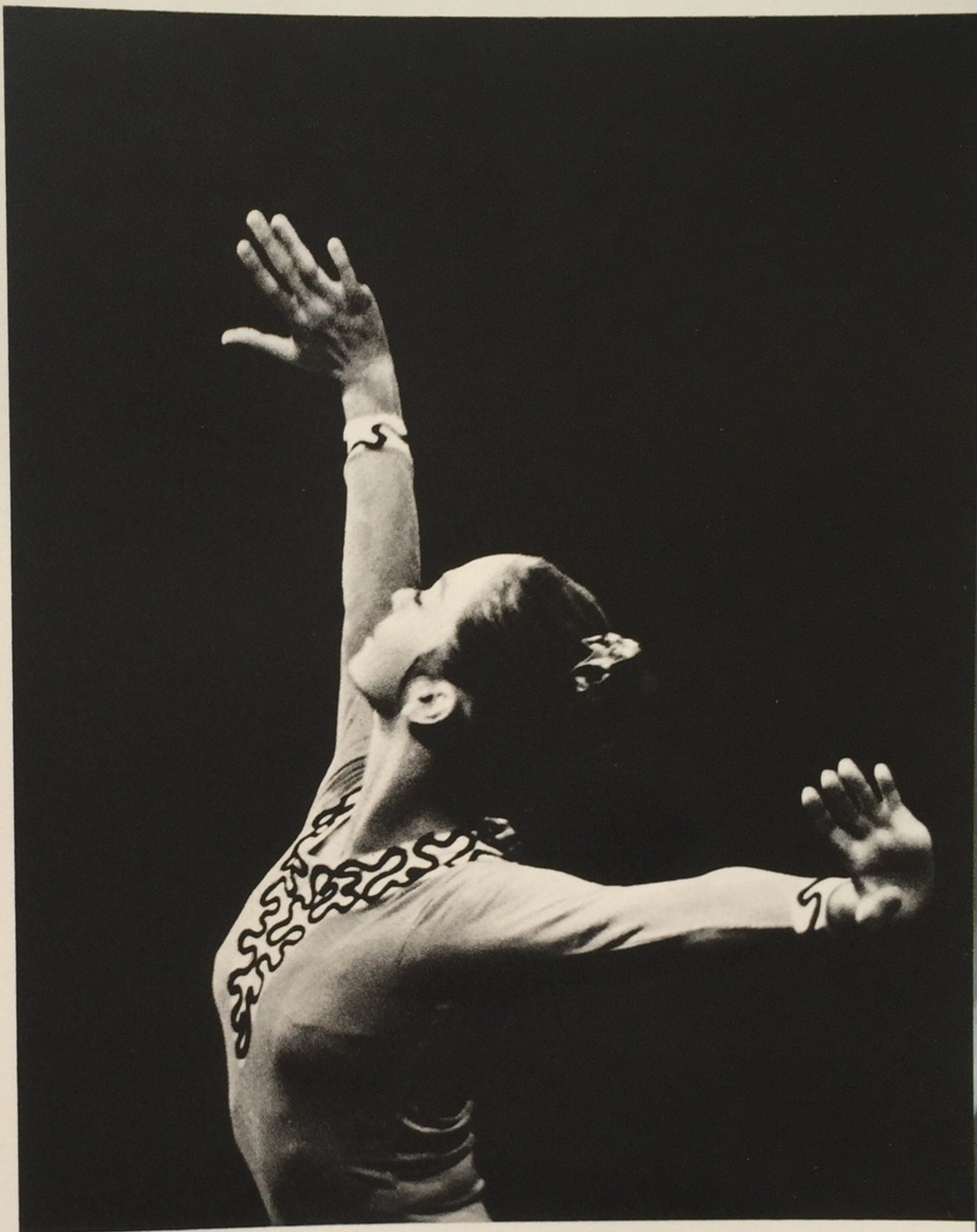
Ну а потом мы занялись оформлением нашей „испанки“. Сшила себе Ирина оригинальный купальник — белый, с черными линиями, сделала более строгую прическу. Основательно продумали мы и выход, шаги в самых патетических местах музыкального произведения, то, как нужно держать палочку с лентой, и вот . . .

И вот „испанка“ Ирины Дерюгиной зажила своей жизнью. Ее видели не только в нашей стране, но и во многих государствах планеты. Особенно хорошо принимали наших девушек-„художниц“ во Франции, где Ирину Дерюгину отметили как очень перспективную гимнастку, предсказали ей большое будущее.

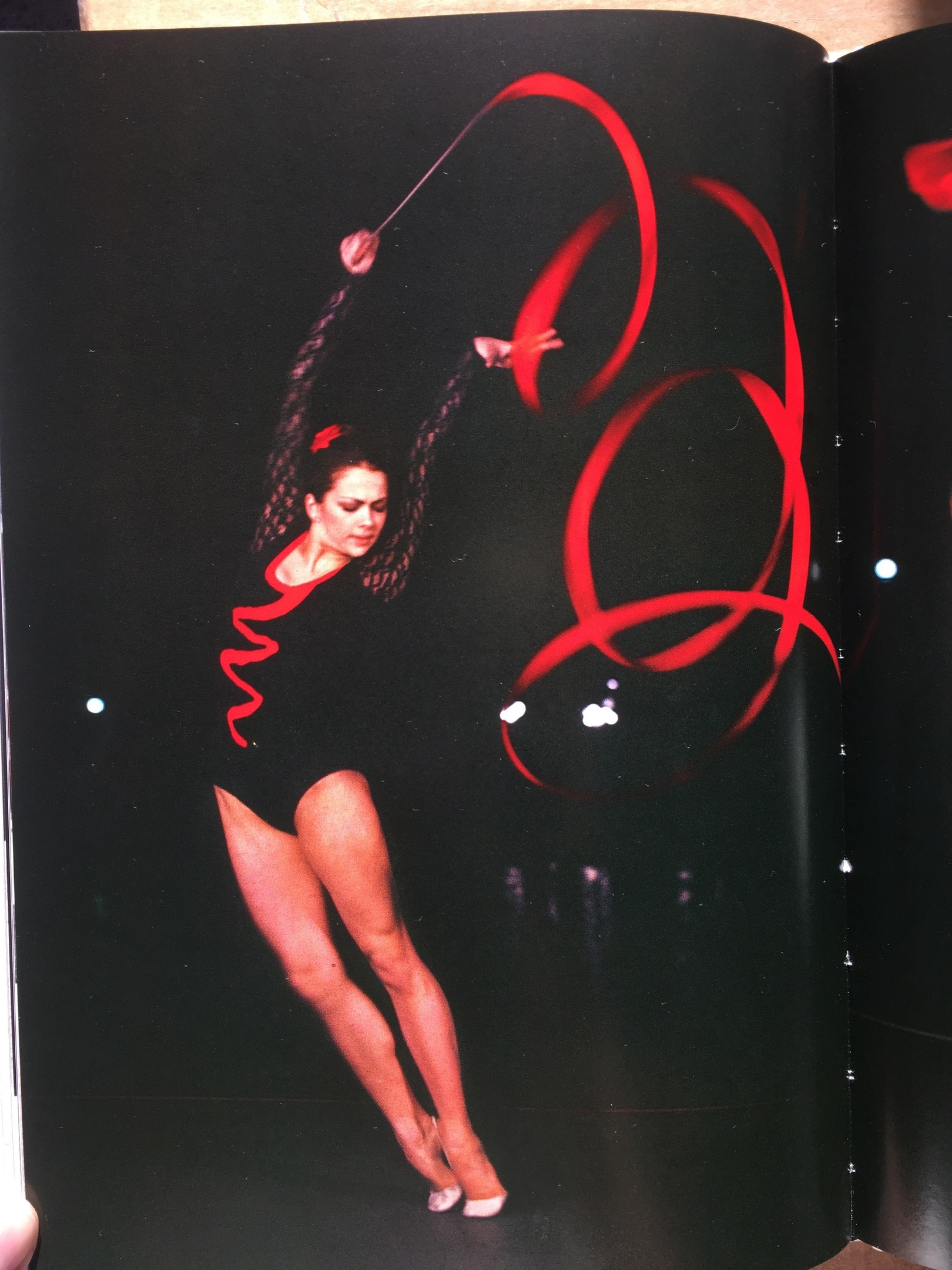
Что ж, видимо, это не расходится и с планами самой Ирины.

Раздумывая об Ирине Дерюгиной, как об одной из претенденток на победу в ближайшем чемпионате мира, я не могу забыть слов самой гимнастки. Когда мы с ней обсуждали те качества, которые ныне необходимы, чтобы добиться успеха в художественной гимнастике, она проговорила задумчиво: — Успеха . . . Прежде всего тут нужно мастерство, затем творческий подход к делу. Да, даже сейчас, когда эти качества, кажется, есть у всех, кто входит в сборную страны. Это ведь основа основ. Ну, а затем важны качества особые, индивидуальные, присущие именно данной гимнастке. Нужно отыскать в себе что-то чисто свое. Что? Не знаю. Может быть, умение слушать музыку так, как никто, и в ней отразить свое настроение. Может быть, найти нечто очень характерное в упражнении с предметами. Ведь каждый из них требует особой гимнастики, особых сочетаний упражнений. У одной лучше получаются упражнения с обручем, у другой — с лентой. У меня? Не знаю. Мне нравятся все предметы, со всеми я работаю с удовольствием.

Удивительны все-таки судьбы больших спортсменов. Одни из них складываются постепенно, „видны со









стороны". О других мир узнает как-то сразу. Появление Ирины в большом спорте, пожалуй, относится ко второй категории судеб.

Услышали о ней в тот день, когда она пошатнула трон долго царствующей на помосте художественной гимнастики Галимы Шугуровой. Но и у Ирины были вначале не очень-то завидные успехи, например 22-е место на одном из первенств Союза. Правда, ее заметили уже тогда. И корифеи художественной гимнастики говорили, что „девочка чудная, у нее все еще впереди". Но это ведь были только разговоры . . .

Тогда, в 1971 году, Ирине было лишь тринадцать лет, но она тренировалась вдохновенно, настойчиво. Вот почему уже в 1973 году, выступая на чемпионате страны, кстати очень ровно во всех видах многоборья, заняла третье место, а на следующем первенстве Союза — в Томске — второе, отстав от Галимы Шугуровой лишь на две десятые балла. А булавы и обруч выиграла. Раздумывая о судьбе Ирины, я спросил, как она относится к авторитетам в спорте?

— Видите ли, ответить на этот вопрос не просто, — проговорила девушка. — Для меня, например, Галима Шугурова всегда была признанным кумиром. Я равнялась на нее. Мне нравились ее пластичность, темперамент, с которым она исполняла упражнение с лентой. Все в ней нравилось. Но ведь соревнования — это все-таки борьба. Нужно стремиться к победе. Так было и со мной.

Настало время, когда . . .

Приходит время, когда молодость сначала, как говорится, начинает наступать на пятки чемпионам, а затем просит их потесниться. Так произошло и в художественной гимнастике, но с одним лишь отклонением.

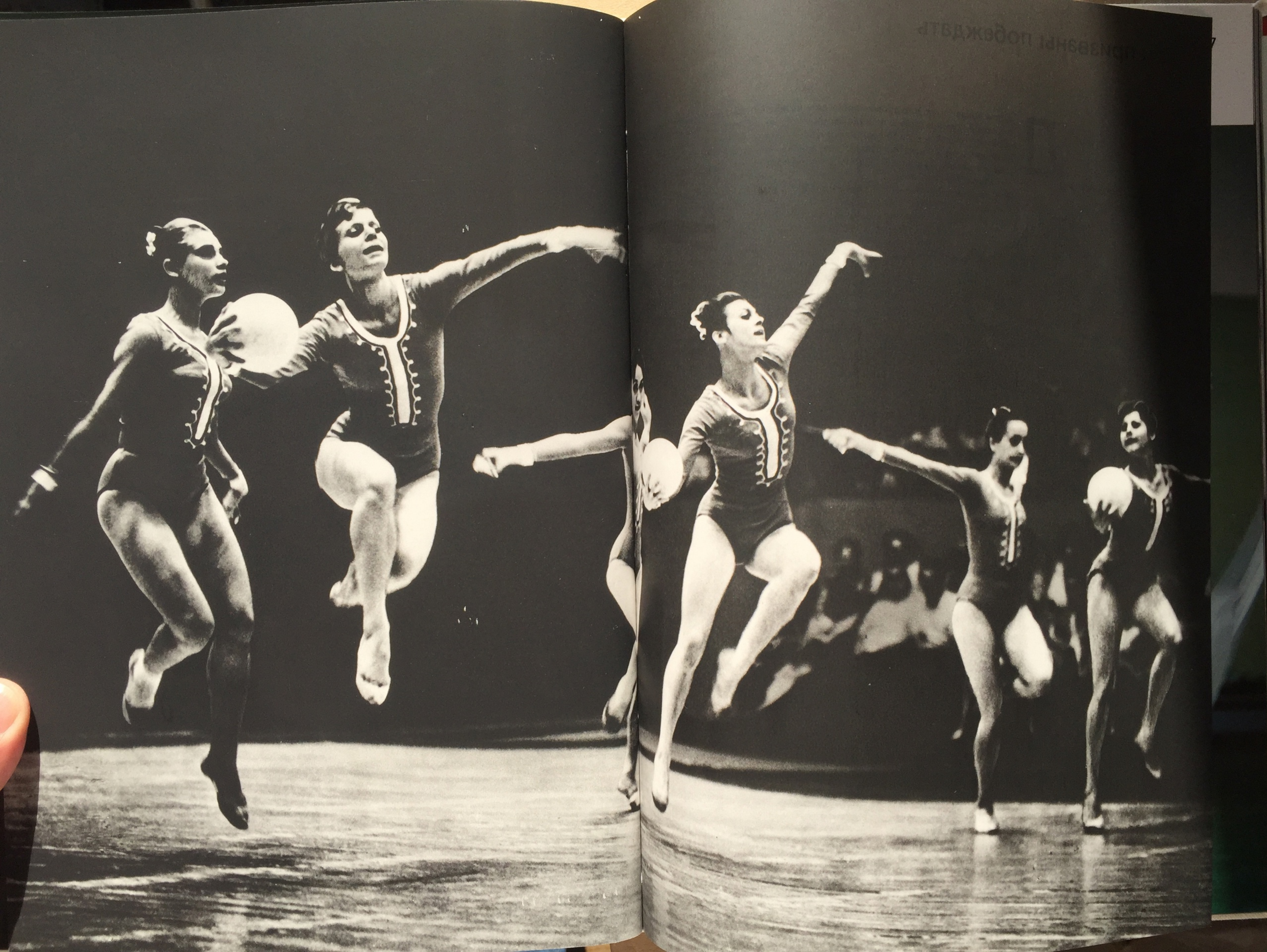
Когда Ирина Дерюгина приблизилась

по техническим результатам к Шугуровой, последняя была еще в отличной форме, достигла своего апогея. Ее мастерство, ее темперамент, способность выражать в движениях свои устремления и чувства были тогда, впрочем как и сейчас, на самом высоком уровне. Вот и сложилось так, что сейчас в художественной гимнастике как бы две королевы. И когда они встречаются на соревнованиях, разгорается интересная, захватывающая борьба. И решающим тут оказывается не мастерство спортсменок (оно ведь равное у обеих соперниц), а психологический настрой — психологическая устойчивость, как говорят психологи. Я бы сказал, что тут в единоборство вступают расчет и вдохновение Ирины с порывом и вдохновением Галимы. Что победит?

На чемпионате мира 1977 года победили расчет и вдохновение.







Они призваны побеждать

Д а, речь пойдет о тех, кто должен побеждать на международных соревнованиях, — о сборной команде страны по художественной гимнастике. Состав ее чрезвычайно многогранен. И не только по мастерству спортсменок, их индивидуальным качествам, но и по географической принадлежности. Киев, Минск, Ленинград, Астрахань, Душанбе, Ставрополь и многие другие города представляют девушки сборной страны.

Для участия в конкретных международных турнирах команда формируется довольно своеобразно. В ней создаются как бы три группы. Цель первой и третьей — побеждать в одиночку (это взрослые спортсменки и юниорки), второй — в состязаниях коллективных, групповых.

Как и любая сборная команда страны по любому виду спорта, команда „художниц“ постоянно как бы находится в подвижном равновесии. Она, конечно, едина, но состав ее то и дело меняется. Ее, пожалуй, можно подразделить на три потока. В первый входят те, кто вот-вот исполнит свою „лебединую пеню“ или уже исполнил ее, во второй — кто в настоящее время участвует в состязаниях международного масштаба, в третий — юниорки, которые, как говорится, уже наступают на пятки ведущим.

„Лебединую песню“ исполнили Лилия Назмутдинова, Любовь Парадиева, Людмила Савинкова, Елена Карпухина, Алла Засухина и другие замечательные „художницы“ 60-х — начала 70-х годов. Их места в сборной страны заняли не менее талантливые Галима Шугурова, Наташа Крашенинникова, Ирина Дерюгина, Галина Крыленко — также мастера спорта международного класса. Подрастает и новая смена: Гюля Апкадинова, Елена Баринова, Света Вальяникова, Виктория Серых, Лена Томас и еще целый ряд других юниорок.

Все они пришли в сборную страны по праву сильнейших в своей категории и свято стремятся следовать замечательной традиции ее — побеждать. Побеждать уверенно, смело, честно!

Сборную нашей страны по художественной гимнастике можно назвать командой победительниц. Ведь в ее составе — чемпионки городских, республиканских, всесоюзных, а многие — международных состязаний. Есть в ней и неоднократные чемпионки страны, победительницы европейских и мировых первенств не только в командном зачете, но и в личном. В команду входят и юниорки, которые уже побеждали на международных турнирах.

Победы . . . Как нелегко они достаются. Девушки все свои силы и способности отдают художественной гимнастике, посвящают ей жизнь. И понятно почему: только так они могут достичь победы в упорнейших поединках, которые разгораются ныне на международных аренах. Ведь художественная гимнастика стала чрезвычайно популярной не только в нашей стране, но и во многих странах мира. Это значит, что грозных соперников хоть отбавляй! И в таких ситуациях первостепенное значение приобретает то, что помогает побеждать, — творчество. Ныне этот дар чуть ли не главный в стремлении к победе. Им должен обладать каждый член сборной команды страны. И наши девушки сегодня, когда, казалось бы, очень трудно, а то и просто невозможно придумать что-то новое, необычное, все же создают немало чрезвычайно оригинальных, сложных по исполнению и великолепных по зрелищности упражнений, элементов художественной гимнастики, которые затем быстро расходятся по свету.

Говоря о нашей сборной страны, перечисляя ее достоинства, хочется сравнить ее с отлично действующим ансамблем, который всеми силами стремится к достижению успеха. На это направлены силы всего ансамбля в целом. И в нашей сборной, как и в подобном ансамбле, кроме основного состава, есть и солисты.

Лилия Назмутдинова была выдающейся гимнасткой. Трижды (1954, 1955 и 1959 годы) она завоевывала звание чемпионки страны. К тому же была первым мастером спорта СССР по художественной гимнастике. К сожалению, ей не удалось блеснуть на международных состязаниях, так как первое первенство мира состоялось лишь в 1963 году. Она родоначальница спортивной династии: ее сестры — Мира, Роза, Аля — тоже стали известными „художницами“. Аля завоевала золотую медаль на одном из первенств мира за упражнение с лентой. Все сестры Назмутдиновы живут в Свердловске, их наставник — Елизавета Алексеевна Облыгина, заслуженный тренер СССР, педагог опытный, умеющий заинтересовать (до самозабвения) девочек, которые хоть раз побывали в ее группе.



ованиях,
резвы-
идуаль-
Ленин-
вляют
руется
ой и тре-
второй -
а „худож-
но, едина,
ри потока.
уже
ях
тся, уже
ева, Люд-
ные
няли не
а Дерю-
са. Под-
яникова,
ории и
беждать
командой
нских,
нократные
в не только
орые уже
способности
почему:
ые раз-
стика
их странах
итуациях
ворчество.
обладать
да, каза-
вое, не-
по испол-
кственной
равнить ее
к дости-
ашей сбор-
исты.
1955 и 1959
овым
ей не
венство
инасти:
Аля
с лентой.
авета
меющий
ли в ее



Спортивная карьера Гали началась лет семь назад. Через два года, в 1972 году, она стала чемпионкой Минска. Потом этого же звания добилась и в 1975 году. Особенно хорошо получаются у Гали упражнения с обручем. Она прыгает в обруч красиво, элегантно, эффектно. Шпагат — лучшего не надо! Линии тела — динамичные, стремительные.

Люда пришла в детскую спортивную школу к тренеру Е.С. Честновой, когда ей было девять лет. Художественная гимнастика понравилась девочке сразу, но, пожалуй, особенно — упражнения без предмета. Нет, конечно, ей очень нравятся „предметы“, но...

— Но все-таки без предмета больше, — говорит Люда и, видя, что собеседник в этом сомневается, начинает горячо доказывать: — Ведь если девушка пластична, гибка, темпераментна, то все это можно показать по-настоящему только в упражнениях без предмета. Когда же делаешь упражнения с предметом, приходится больше думать о технике владения им, чем об эмоциях. Успехи Люды заметны. Еще в 1975 году она выиграла чемпионат Минска, затем и в ряде других соревнований занимала призовые места, а на Кубке страны 1976 года разделила седьмое, восьмое и девятое места с Говорухиной и Рабинович. И то, что она вошла в десятку лучших в стране, привело Люду в сборную СССР.

лет
оду,
ом
оду.
ли
т в
о.
ела —

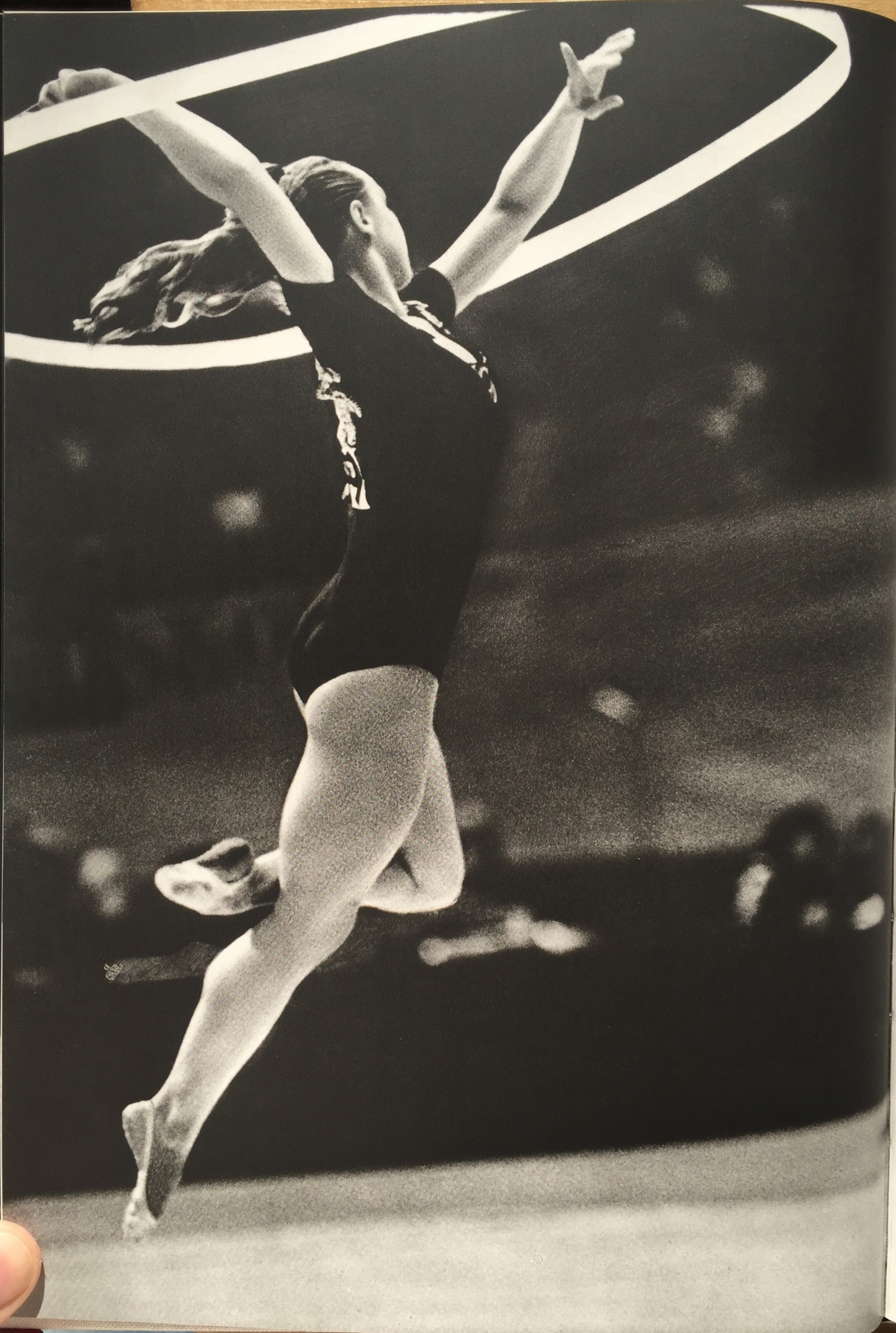
ю
огда
я
азу,
ия
ь

е, —
ик
о

о
ему
а.
ед-
о
иях.

ска,
й
ке
ре,
ки-
ла
о





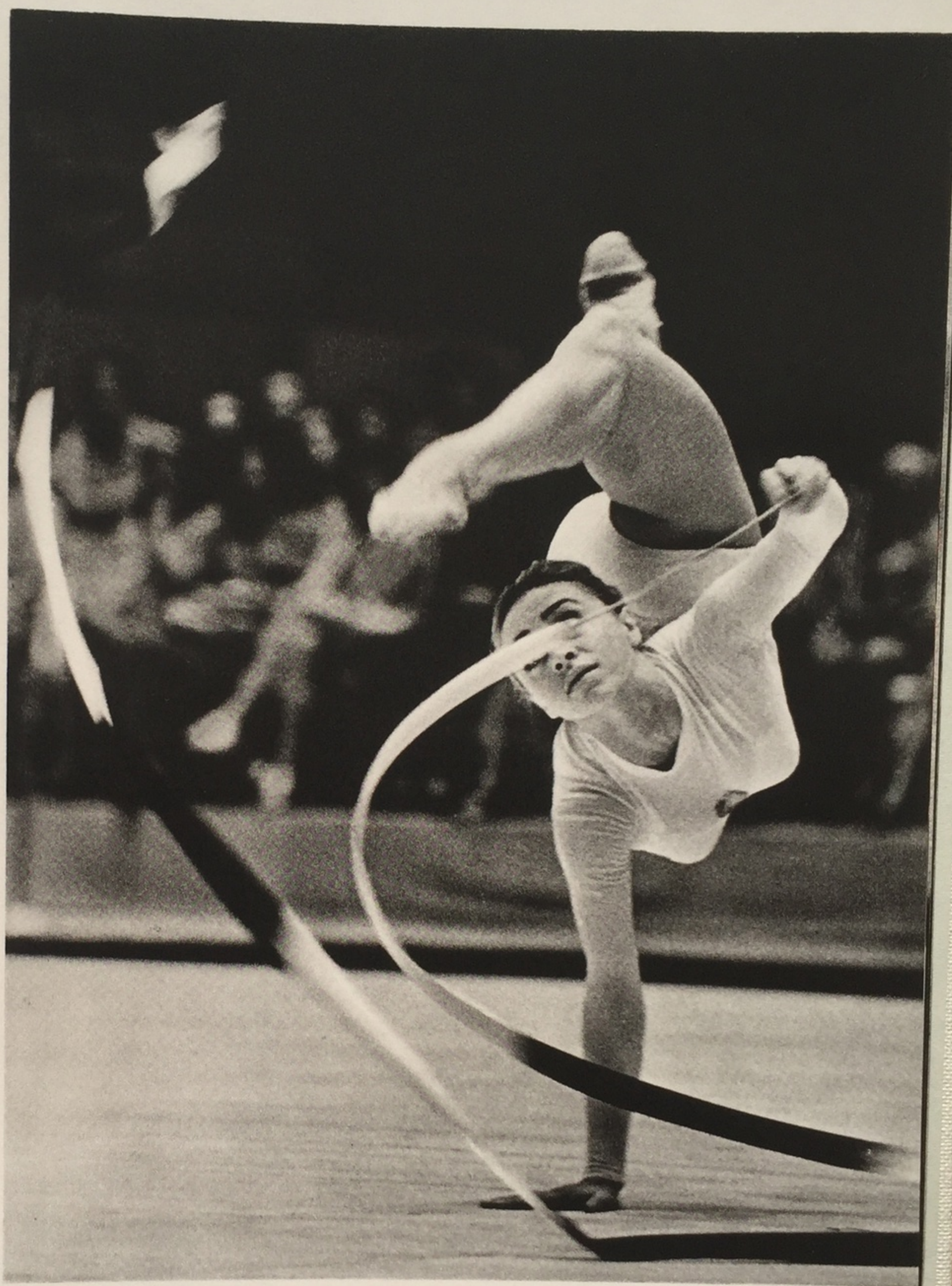
Нат
ясн
вод
ком
их с
Нат
док
те, в
част
мис
жест
все
люб
— На
вых
упра
одна
мы з
бы б
на! Е
точн
Ната
венс
чеп
Она
0,05
Да, Н
обра
ниц"

Наташа, симпатичная блондинка с ясными голубыми глазами, производит незабываемое впечатление. Ее комбинации сложны, выполняет она их отлично. Главное достоинство Наташи, пожалуй, в том, что она воочию доказала, чего можно добиться в спорте, в художественной гимнастике в частности, не обладая особо выдающимися данными. Добиться, любя художественную гимнастику, отдавая ей все свои силы, настойчивость, трудолюбие.

— Наташа прямо преображается, когда выходит на середину зала и начинает упражнение, — с восторгом сказала одна из девушек сборной страны, едва мы заговорили о том, с кого она хотела бы брать пример. — Наташа изумительна! Ее движения широки, пластичны, точны.

Наташа не раз бывала призером первенств страны, Кубков Союза, а на чемпионате мира 1973 года была третьей. Она отстала от победительниц лишь на 0,05 балла.

Да, Наташа Крашенинникова — своеобразный эталон для молодых „художниц“.





Веро
нагр
во ч
выи
раз
ССС
зани
поче
и 19
Выс
пло
себе
их с
том
гла
побе

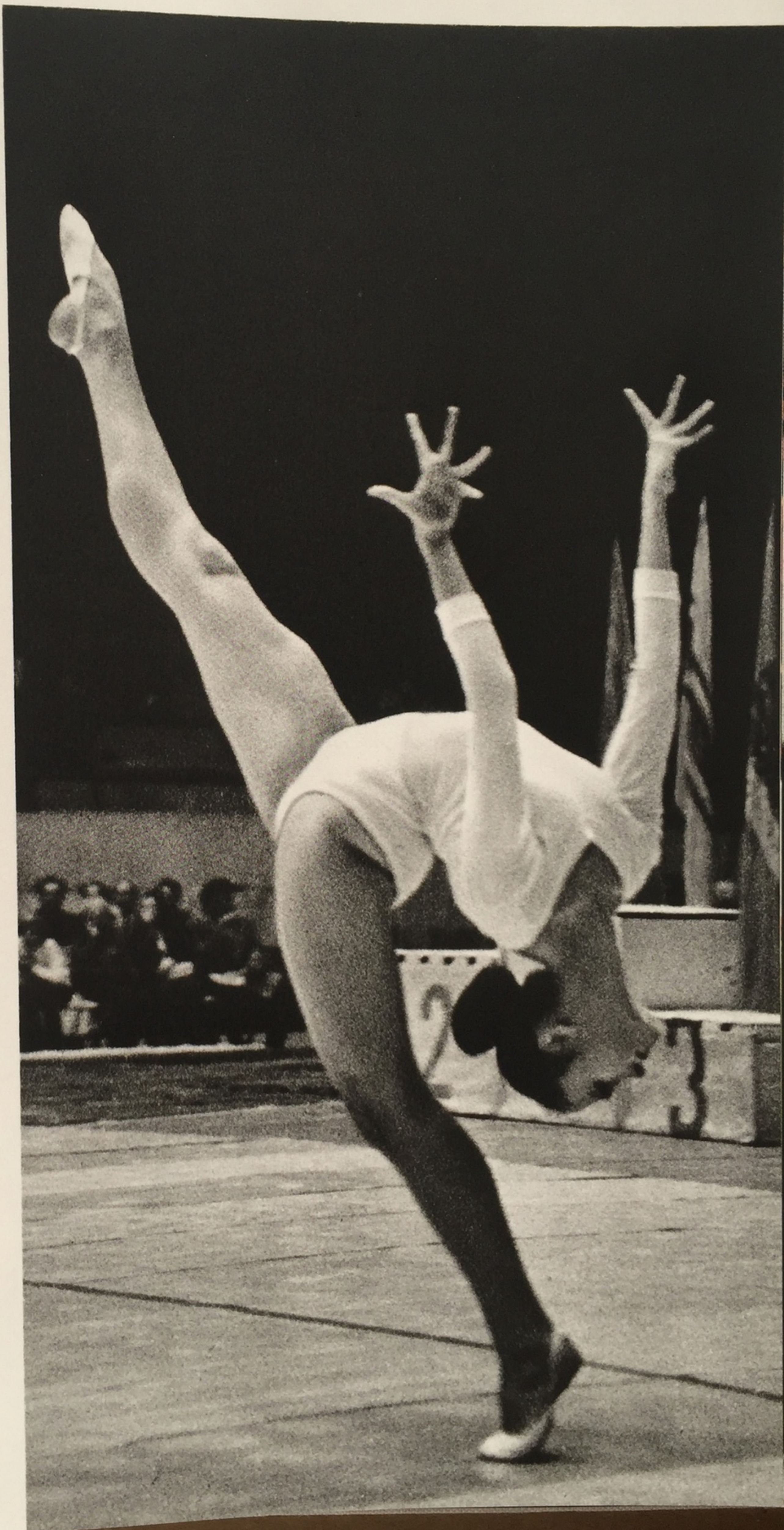
Гал
клас
сам
вала
ним
ния
пла
Гал
радо
Она
испо
гов
Гал
тель
наде
стро

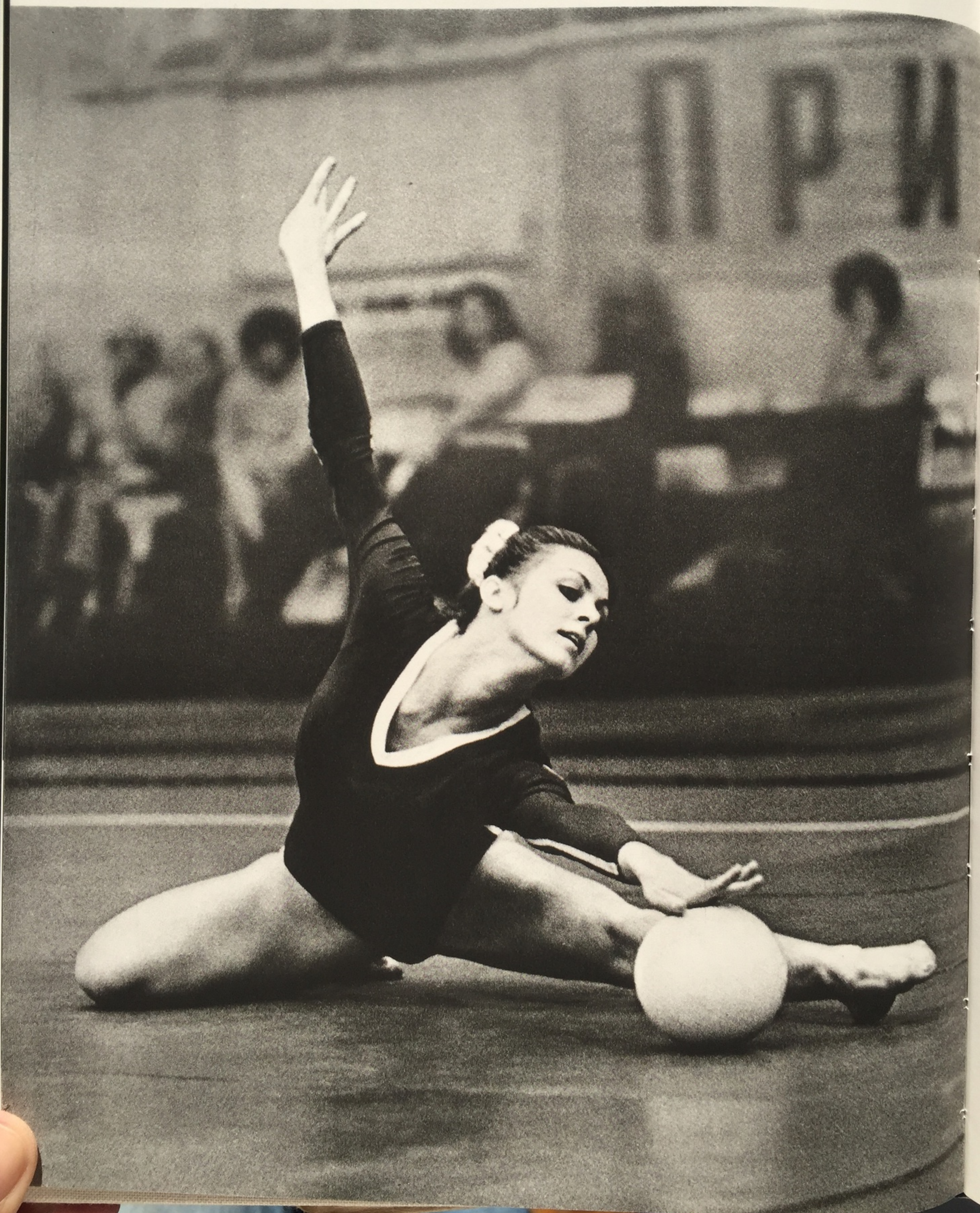
Вероятно, эту гимнастку можно бы наградить особым призом за количество чемпионатов страны, которые она выиграла. Ведь Любовь Парадиева пять раз была абсолютной чемпионкой СССР по художественной гимнастике, занимала высшие ступени пьедестала почета страны в 1963, 1965, 1966, 1967 и 1970 годах.

Высокая и стройная, едва выйдя на площадку, она сразу же привлекала к себе внимание зрителей, захватывала их своими упражнениями, темпераментом. Умение сражаться до последнего главным образом и позволило Любе побеждать на протяжении многих лет.

Галя — мастер спорта международного класса, неоднократная участница самых крупных состязаний. Она бывала призером чемпионата СССР, занимала отличные места и в состязаниях за рубежом. Музыкальная и пластичная, на редкость артистичная, Галя всегда вызывала на трибунах радостные ответные чувства.

Она бывала отличной партнершей при исполнении групповых упражнений. Я говорю „бывала“ потому, что сейчас у Гали перерыв по семейным обстоятельствам, но ее подруги по команде надеются, что Галя еще станет в их строй.





О Жан
нер, го
тельно
она вс
стреми
хотело
лицо е
долго.
когда
чку, ст
сложен
глазам
нальна
со все
разите
передн
Жанна
предел
нений.
Чувств

О Жанне Альбина Николаевна, ее тренер, говорит охотно и всегда положительно. Впрочем, нет, не всегда. Когда она вспоминает, что Жанна не так стремится быть тренером, как того хотелось бы Альбине Николаевне, лицо ее немного хмурится, но ненадолго. Да разве можно долго хмуриться, когда видишь эту обаятельную девочку, стройную, пропорционально сложенную, с блестящими темными глазами?! Жанна чрезвычайно эмоциональна, ее упражнения, притом почти со всеми предметами, интересны, выразительны. В группе она всегда на переднем плане. И понятно почему: Жанна может мобилизовать всех на предельно точное исполнение упражнений. Зажечь стремлением к победе. Чувство локтя у нее поразительное.





Уже в тринадцать лет Ира стала победительницей Кубка интервидения среди юниорок. Это было в 1973 году, а через три года, когда она заканчивала десятый класс, на спартакиаде школьников страны тоже получила награду за первое место.

Следующий год принес Ире личную победу на Кубке СССР. Тогда она заняла общее шестое место и обратила на себя внимание тренеров страны. Но, пожалуй, наиболее знаменательными для Иры были состязания на приз журнала „Советская женщина”: она впервые поднялась на самую верхнюю ступеньку пьедестала почета.

О перспективности Иры в художественной гимнастике говорит и ее творческий характер. Совсем недавно она в одном упражнении соединила два сложнейших движения: сидя на коленях с обручем в руках, вдруг подбросила его высоко вверх, пока обруч был в воздухе, неожиданно выполнила сложный кувырок и затем ловко поймала обруч. Сейчас этот элемент украшает произвольную комбинацию Иры.

Обе-
я
году,
ивала
коль-
раду
ую
заняла
а
Но,
ыми
з
она
хнюю
ест-
твор-
она
два
коле-
д-
обруч
олнила
о пой-
укра-
Иры.





Как-то в школу, где училась Эрика, пришел тренер из ДСШ, посмотрел на стройную девочку и предложил заниматься в секции. Эрика упрямо мотнула головкой: нет! Но все же пришла и увлеклась художественной гимнастикой. Потом добилась и успехов: сначала в школе, затем в секции. А в 1973 году стала чемпионкой республики и города Душанбе, где родилась. Было ей тогда 13 лет.

Осенью 1974 года Эрика стала победительницей состязаний школьников страны, а через год, на Кубке СССР, заняла десятое место. Это был отличный дебют девочки, выступающей по программе мастеров среди взрослых. Когда в 1975 году Эрика ехала на чемпионат страны, который проходил в Тбилиси, было решено с тренером, что она обязательно должна войти в десятку. Эрика Шиллер оказалась на четвертом месте!

Эрика — гимнастка лирического плана. Она обладает отличной координацией движений, замечательным чувством предмета. Выполняя даже самые сложные упражнения с мячом или с лентой, девушка как бы уходит в себя, в мир своих ощущений и стремится как можно ярче выразить их в движениях. — Перед выходом на площадку я никого не вижу, — говорила Эрика, когда я пытался узнать, каково ее психологическое состояние во время состязаний, — даже не интересуюсь оценками.

В общем, у Эрики есть все возможности успешно соперничать даже с самыми авторитетными „художницами“.





На одном дыхании

Тысяча девятьсот шестьдесят седьмой год. Копенгаген. Чемпионат мира по художественной гимнастике. Первое международное состязание, на котором гимнастки будут исполнять и групповые упражнения. До того на всех чемпионатах мира проходили только личные турниры, а теперь — и коллективные. Ответственность предельная. Наши „художницы“ волнуются чрезвычайно. Ведь на пьедестал почета кроме них претендуют очень сильные команды гимнасток Чехословакии, Болгарии.

Состязания в разгаре. Зал полон любителей художественной гимнастики. Закончили свои выступления большинство команд, и зрители ожидают выхода болгарских девушек. На трибунах тишина. На площадке появляются гимнастки. Звучит музыка, и начинается выступление. „Художницы“, как говорят, работают отлично, слаженно, красиво. Общая оценка очень высокая для таких состязаний. Следующей на площадку выходит команда Чехословакии. Ее исполнение судьи оценивают на 175 тысячных балла выше.

Настроение в нашей команде настороженное, но боевое. И вот вызывают наших девушек. Последнее наставление старшего тренера сборной страны Валентины Батаен, и девушки выходят на площадку. О том, как они тогда выступали, говорит абсолютная чемпионка мира того года в личных состязаниях Елена Карпухина:

— Мы были просто поражены, видя, как великолепно, согласованно выступали наши гимнастки. Ничего подобного мы не видели на тренировках. Впечатление было такое, будто упражнение исполняется на одном дыхании! Результат был высоким. На две десятые выше оценки, которую получили до этого сильнейшие гимнастки Чехословакии.

Так еще раз была соблюдена традиция. Да, первой чемпионкой мира на первом чемпионате планеты была Людмила Савинкова, а первыми в групповых упражнениях — гимнастки нашей страны. Победа досталась им очень нелегко. Борьба сложилась острая, напряженная, а упражнения были необычными, очень сложными — с двумя обручами.

Последующие состязания такого масштаба показали, что наши девушки не склонны отступать от своего главного принципа — побеждать. Правда, на чемпионате мира в Софии в 1969 году произошла сенсация: болгарские „художницы“, бывшие на предыдущем первенстве мира лишь третьими, тут вышли на первое! Да, наши гимнастки проиграли две десятые балла. Почему так произошло? Прежде всего, видимо, по той причине, что болгарские гимнастки отлично владеют мячом. Мало того, и на чемпионате мира в Гаване советские „художницы“ вторично уступили первенство болгарским гимнасткам. Правда, там судьбу решила лишь одна десятая балла. Истины ради нужно сказать, что болгарские гимнастки упражнения исполняли с обручем и с мячом: три девушки „работали“ с мячом, а три — с обручем. Это очень сложное сочетание. Оно требует особого внимания, умения следить не только за своей тройкой, за тем, насколько согласованно идет дело, но и за тройкой девушек, „жонглирующих“ другим предметом. И не только следить, но и уметь абстрагироваться от них, не сбиться, глядя на их манипуляции. И вот в этом-то искусстве девушки из Болгарии оказались совершеннее.

Третье место тогда досталось „художницам“ из Италии. Тоже сенсация, подтверждающая сказанное ранее: каждая команда — участница мировых первенств может претендовать на призовое место. Это еще раз свидетельствует о том, что победа на таких состязаниях завоевывается в напряженнейшей борьбе. Да, разница в оценках выступления команд обычно не превышает двух десятых балла. Так же остро обстояло дело и в Голландии, где спустя два года наши девушки снова оказались на первом месте. Тогда роттердамские зрители рукоплескали „художницам“ Страны Советов долго и возбужденно. И вот почему: упражнения исполнялись со скакалкой, которой наши гимнастки владеют виртуозно, смело, задорно! К тому же музыкальное сопровождение состояло из фрагментов на темы из русских народных песен. Тогда зрителей покорило не только мастерство советских „художниц“, но и экзотичность их выступления. Оценки, полученные ими, оказались самыми высокими. Они были выше, чем оценки наиболее грозных соперников — команды Чехословакии, на двести пятьдесят тысячных балла! Это много.

Болгарские гимнастки тогда оказались на . . . третьем месте! Снова сенсация?

т мира по
на котором
а всех чемпио
ктивные. Ответ
йно. Ведь на
гимнасток

настики. Закон
т выхода болгар
мнастики. Звучит
работают отлич
состязаний.
полнение судьи

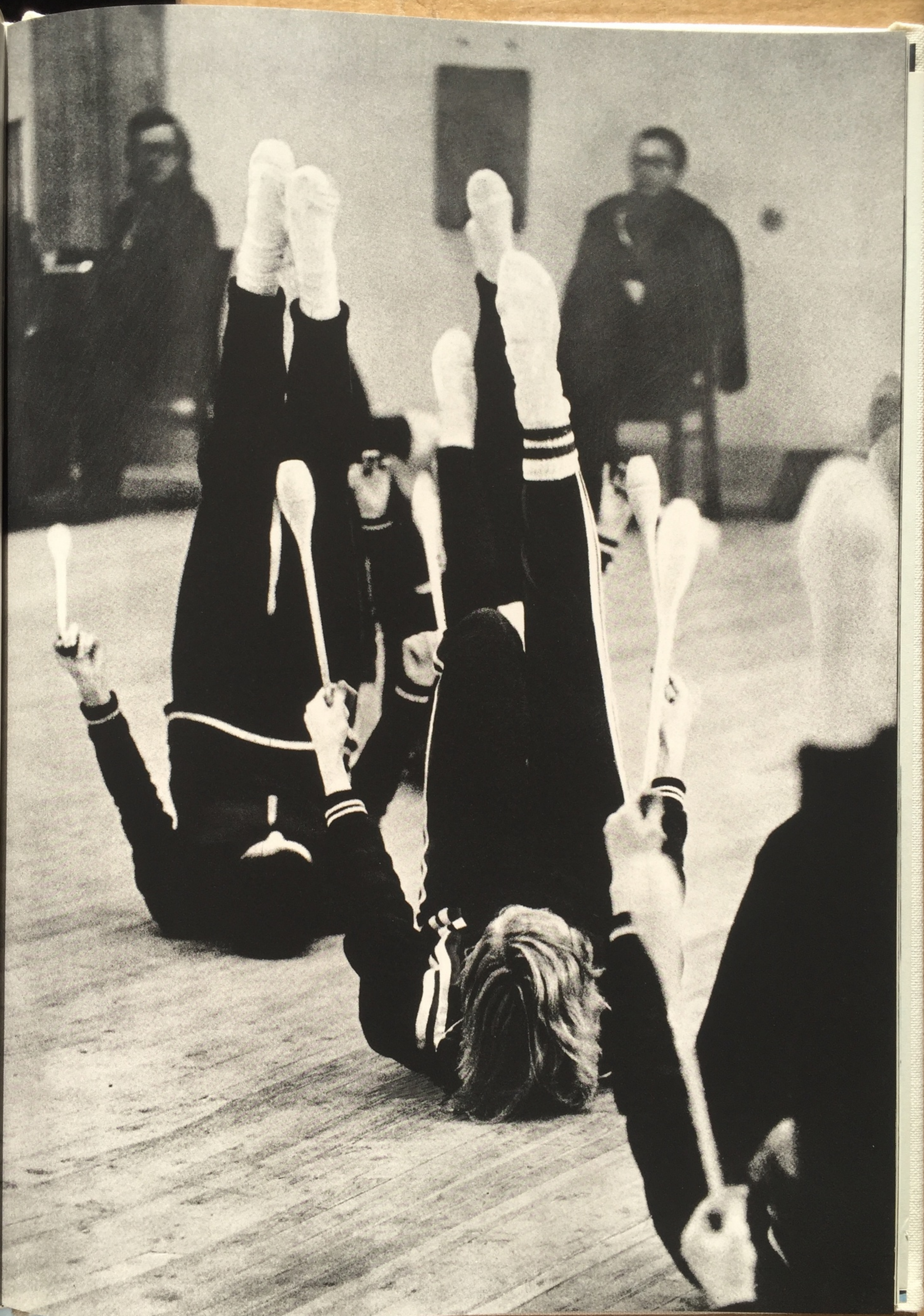
изывают наших
ны Валентины
выступали,
ниях Елена

нно выступали
х. Впечатление
Результат был
ого сильнейшие

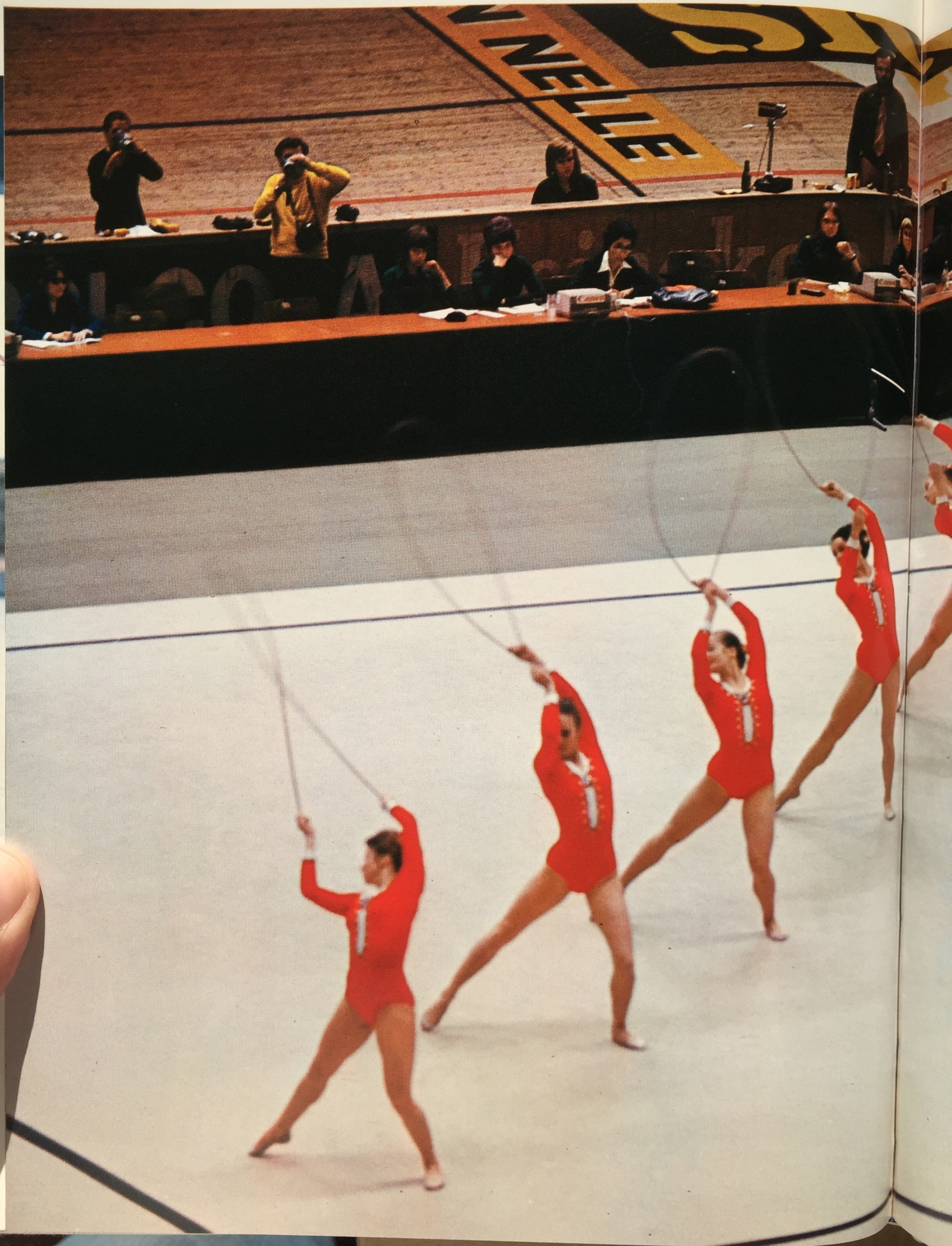
ира на первом
пловых упраж
легко. Борьба
и, очень слож

евушки не
авда, на чем
кие „худож
тут вышли на
у так произо
настки отлично
кие „худож
равда, там
звать, что бол
три девушки
ние. Оно тре
ой, за тем, на
лирующих“
ться от них, не
ушки из Бол

сация, подтвер
х первенств
ует о том, что
рьбе. Да, раз
десятих балла
аши девушки
укоплескали
му: упражне
виртуозно,
из фрагментов
только мастер
оценки, полу
ценки наиболее
ят тысячных
ва сенсация?









Нет, закономерность спортивных состязаний наших дней. Суть этой закономерности в том, что ныне мастера международного класса в любых видах спорта настолько технически равноценны, что успех все чаще решает психологический настрой. И это подтвердил чемпионат мира 1977 года, на котором наши девушки, вначале отставшие от своих болгарских соперниц на две десятые балла, сумели, в конце концов, выиграть „золото“!

Групповые упражнения удивительны. Несмотря на их явную спортивную схожесть с упражнениями одиночек, они по внутренней своей сущности резко от них отличаются. Они как бы изобилуют парадоксами.

Посудите сами: в одиночных упражнениях девушек успех, как правило, зависит от индивидуальных качеств гимнастки — гибкости, прыгучести, пластичности и других. И каждая „художница“ стремится выявить их в своих упражнениях наиболее ярко, составить композицию упражнений в полном соответствии со своими особенностями, а тут в групповых упражнениях именно эти свои качества приходится как бы скрывать. Так же обстоит дело и с темпераментом. Его тоже нужно умерять, как говорится, соразмерять с темпераментом остальных, „подлаживаться под всех“. И если в одиночных выступлениях гимнастка должна думать о том, чтобы наилучшим образом выполнить элементы упражнения, то здесь ко всему этому прибавляется еще и забота о том, чтобы согласовать свои движения с действиями всех. Ведь именно в согласованности кроется основа успеха. В однотипности каждого движения тела, рук, ног, в точной их амплитуде. В идеале все шесть девушек должны исполнять упражнение как одна. А такое достигается многократным повторением.

Казалось бы, такое повторение одного и того же — дело чрезвычайно скучное, нудное, что не многим оно может понравиться. Однако это не так. Почти все девушки с огромным желанием готовят групповые упражнения, отзываются о них весьма одобрительно. — Ведь именно в процессе освоения таких упражнений воспитывается дружба, чувство локтя, понимание друг друга, — говорят они.



SKOL International BIER

W.K. PROF...

WK moderne ritmische gymnastiek 15-18 NOV.

BLOEMENCESTRUM

SKOL International BIER

HULS

2

1

3

Творчество, труд, будни . . .

Она ходила по залу как отрешенная от мира сего. Не замечала девушек, которые вертелись тут каждая со своими упражнениями, не смотрела по сторонам. Изредка, как бы машинально, делала какой-либо поворот, потом останавливалась и долго думала. А то вдруг шла в угол зала, делала там необыкновенный кувырок и снова думала.

Подошла к тренеру, о чем-то с ней говорила, что-то доказывала, а затем стала у рояля и попросила пианиста сыграть . . . Слушая, невольно шевелила руками, наконец, вышла на середину зала и начала исполнять упражнение. Раз. Другой. Третий . . .

Потом она будет усложнять свою комбинацию, делать ее интереснее, эмоциональнее. И так — неделю . . . месяц, может быть, год . . . Пожалуй — всегда. В художественной гимнастике поле для творчества широчайшее. Продумать все упражнение вплоть до еле заметного движения пальцами, руками и найти наилучшее решение. Детали движений, нюансы их как раз и помогают наиболее ярко отразить суть музыкального произведения, суть своих чувств, тех эмоций, которые на состязаниях смогут зажечь зрителей, разбудить в них ответные чувства — чувства радости, лиризма, романтизма. Те, что и заложены, по идее, в произвольных упражнениях, в самой музыке.

Творчество, разумеется, немыслимо без выдумки, фантазии, однако оно не может существовать без черновой работы, без огромного труда, направленного на достижение высокого технического мастерства, на постижение необходимых знаний. Гимнастки осваивают сначала простейшие, затем более сложные элементы и, наконец, те, что помогут им составлять произвольные композиции. Это — будни „художниц“. Вот девушка тренируется. Вглядитесь в ее лицо: на нем нет радости. Нет восторга от такой „работы“. Но она знает, что без нее успеху не быть, и повторяет элементы десятки раз в день. С нее, как говорится, сойдет седьмой пот, а она все будет делать эти взмахи, шпагаты, но зато потом . . . станет поражать зрителей и подруг потрясающей растянутостью, подвижностью, пластичностью, мастерством, которое и позволит ей творить, создавать новые элементы, соединения. Целые композиции. Образы.

В таком процессе, конечно, занята не одна гимнастка. Решать творческие задачи ей помогают тренер, хореограф, пианист . . . Роль тренера достаточно ясна, а вот о роли хореографа Виктор Сергеев, в прошлом артист балета, заслуженный тренер РСФСР, говорит:

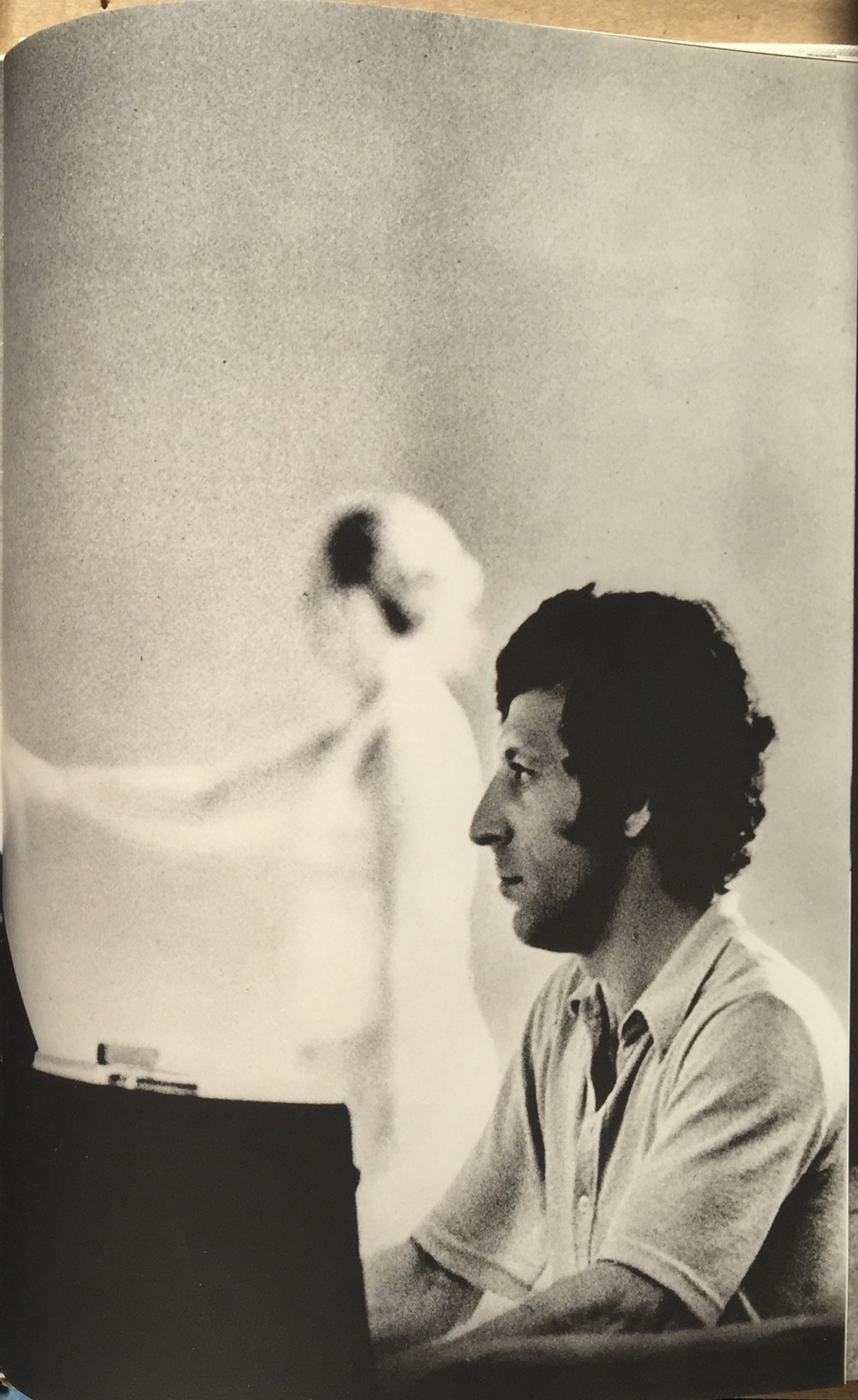
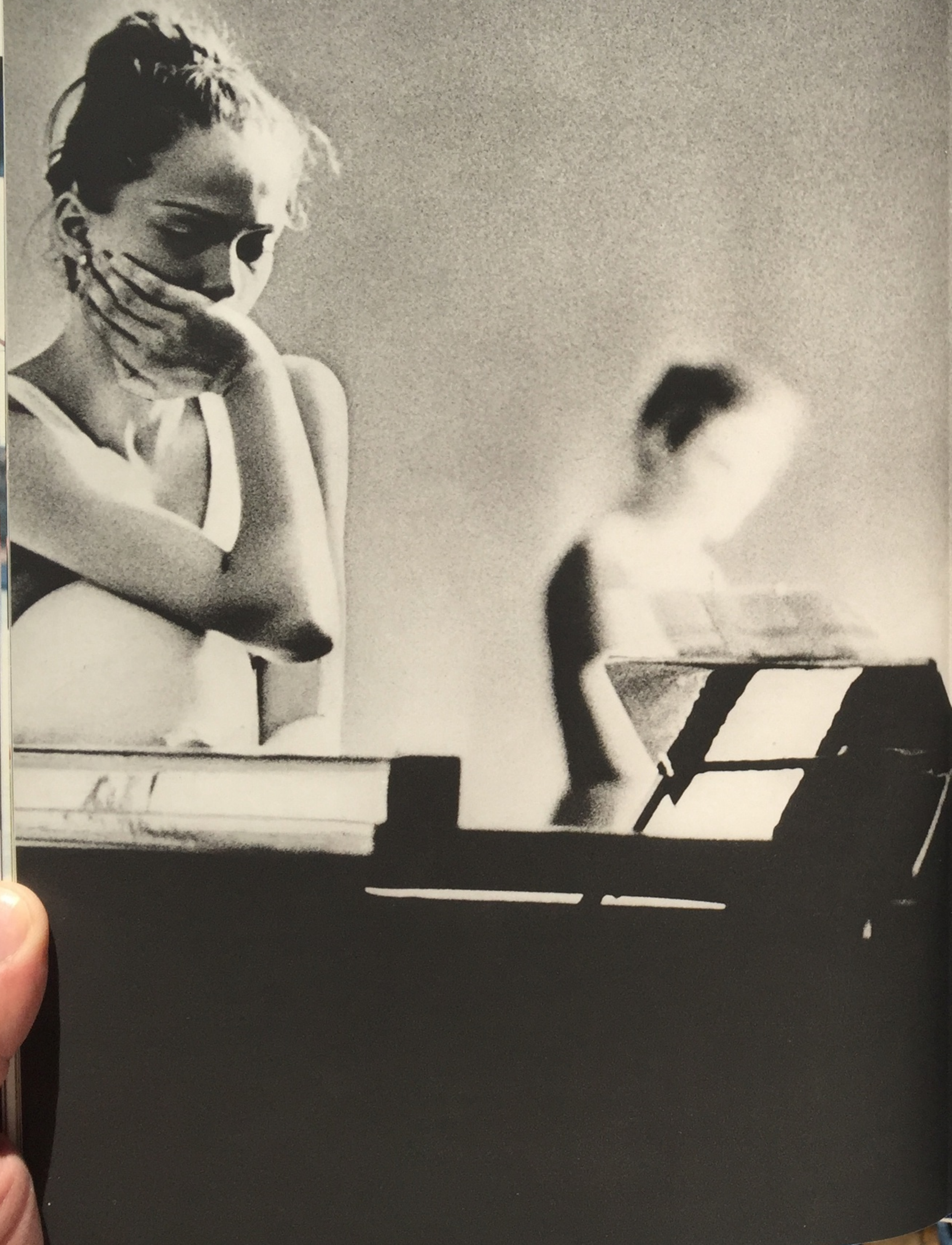
— Моя задача довольно сложна — научить девушек красиво двигаться, правильно исполнять элементы танца, приобщить их к культуре движений, к эстетике жестов.

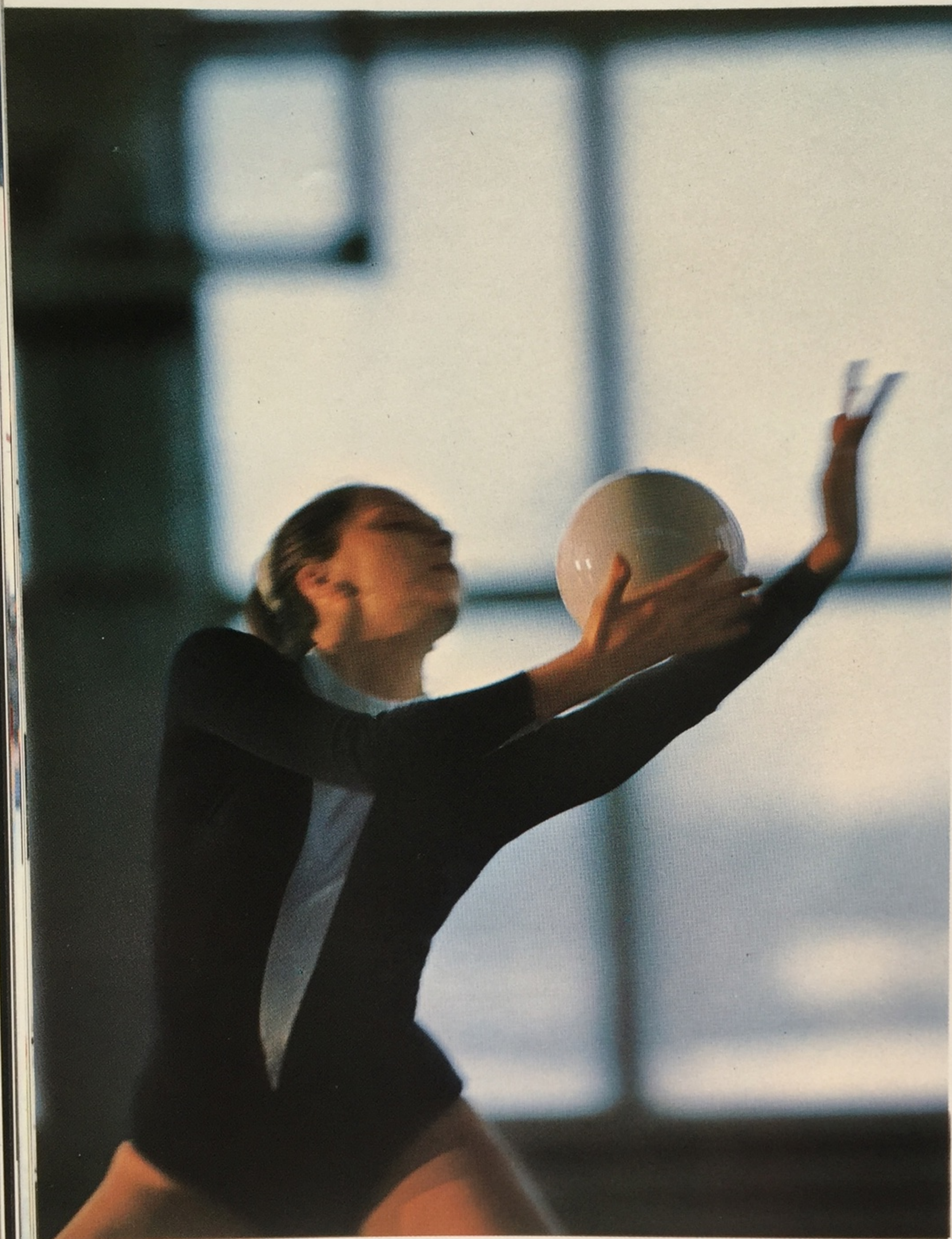
Пианист Борис Бабаян уже много лет сотрудничает с „художницами“. Он не только подбирает им музыку, интерпретирует ее в соответствии с задачами того или иного произвольного упражнения, но и нередко сам сочиняет для гимнасток музыкальные произведения, близкие им по ритму, темпу, характеру. Для Шафровой Борис Бабаян интерпретировал этюд Рубинштейна „Ночь“, для Наташи Крашенинниковой писал музыку специально. Пожалуй, лучше всего ему удался этюд, написанный для Жанны Васюры. Немного лирического стиля, он необычайно тонко передает характер композиции с лентой.

— Однако и этого сегодня уже мало, — говорит Борис Бабаян, — ведь выразительными упражнения становятся тогда, когда гимнастка глубоко прочувствует музыкальное произведение, которое решила использовать в своей композиции, поймет его суть. А разобраться во всем этом самой „художнице“ не всегда по силам. Вот почему я считаю, что пианисту, работающему с девушками-„художницами“, необходимо помогать им в таком деле. Впрочем, и сам я стараюсь это делать.

ые
з-
лась
вы-
а у
на-
все
и-
ций,
е, в
того
мых
-
и.
на
тся,
том...
вать
дачи
вот
к
е
того
на-
для
о ему
он
зи-
ствует
иции,
по
дож-
ь это







Вот так, в тесном общении гимнастки с тренером, хореографом, пианистом, рождаются произвольные упражнения, появляются новые, оригинальные, сложные зрелищные упражнения и отдельные элементы. Те самые, что и занимают место в „золотой шкатулке“ мировой художественной гимнастики. Вспомните „вертушку Шугуровой“, замечательный „бросок Васюры“ — упражнение, в котором гимнастка, идя зигзагами, как бы забавляясь с мячом, вдруг бросает его двумя ногами назад-вверх, затем, делая высокий прыжок „кольцом“, неожиданно подбивает его ступнями!

Есть и еще немало элементов, сотворенных советскими „художницами“ и достойных „золотой шкатулки“. В основе их создания всегда лежит огромный труд, будничная работа . . .

гимнастки
анисткой,
оживления
ьные,
ния и от-
что и
икатунке"
иностики,
овой",
ры",
иностики,
ияясь с
ума ногам
сокий
нно под-
с, сотворен-
ми" и до-
". В основе
омнейший





Как легко
прыжки. Т
в воздухе
далеко не
хороши не
то мечтала
хореограф
Ате. Легка
дана для х
И хотя ее
прекрасно
тические, г
Оля очень з
исполняет с
нации тогда
зрителей.
— Если их н
готовила та
Любимые п
обруч и ска
всего эта де
упражнения
рить о них, т
жается. Вот
чемпионате Б
Австрии в 19
— Сначала мы
не добиться,
Болгарии пол
оценки. Они
мались. Счита
обойти. Но м
все, что могли
Почему кома
полюбились С
Может быть, г
страны 1974 г
победительни
свои силы. Мо
случае, сейчас
спорта междун
ходится в отли
и, думается, е
художественно
радостных мин

Как легко, как четко Оля исполняет прыжки. Так, будто на полчаса зависает в воздухе. А высота! Такая доступна далеко не многим. Впрочем, у Оли хороши не только прыжки. Она когда-то мечтала о балете, занималась в хореографическом кружке в Алма-Ате. Легкая, стройная, Оля как бы создана для художественной гимнастики. И хотя ее „амплуа” — лирическое, она прекрасно исполняет и „роли” романтические, героические.

Оля очень эмоциональна и лучше всего исполняет свои произвольные комбинации тогда, когда на трибунах много зрителей.

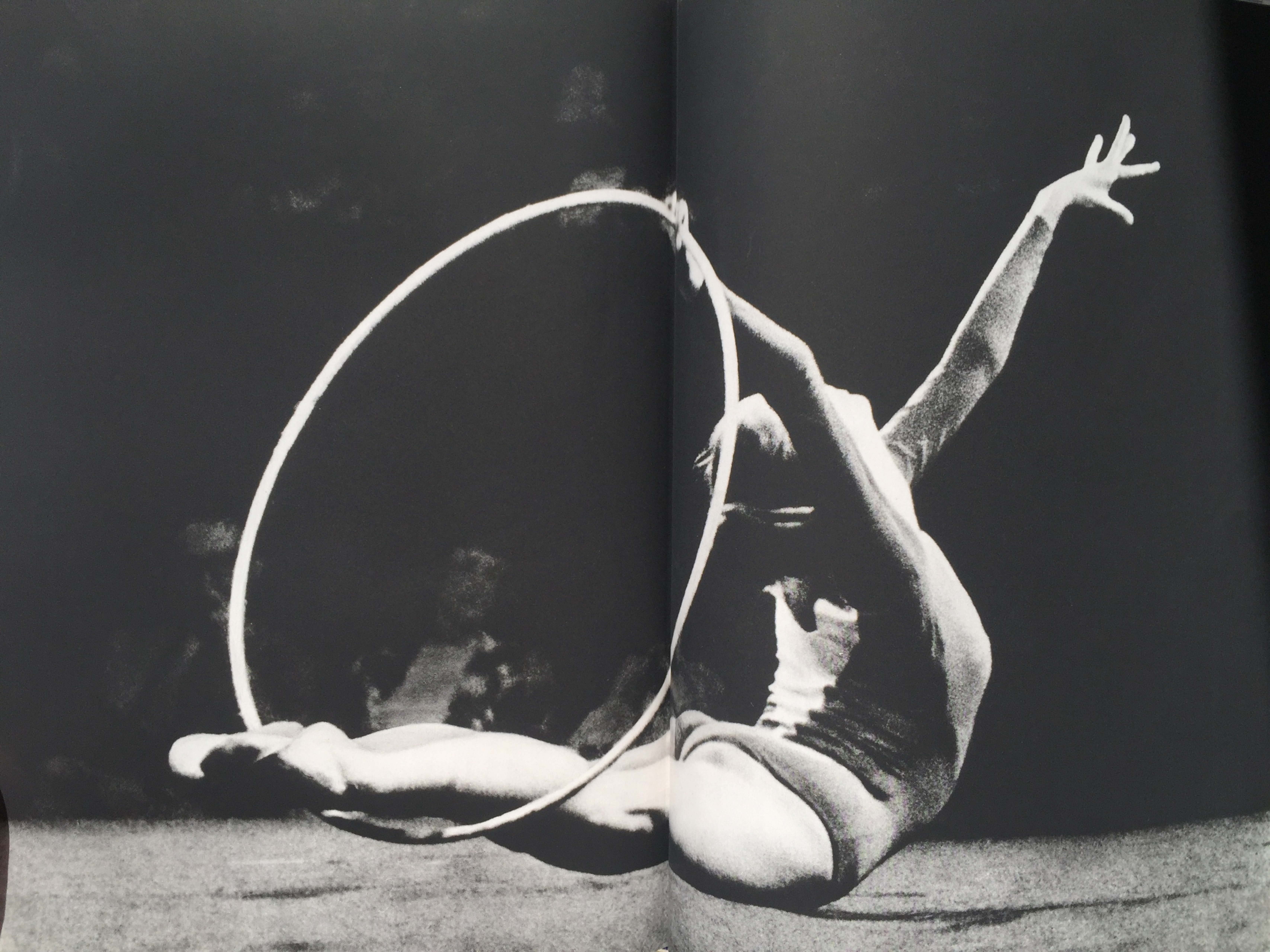
— Если их нет — кому показать то, что готовила так долго . . .

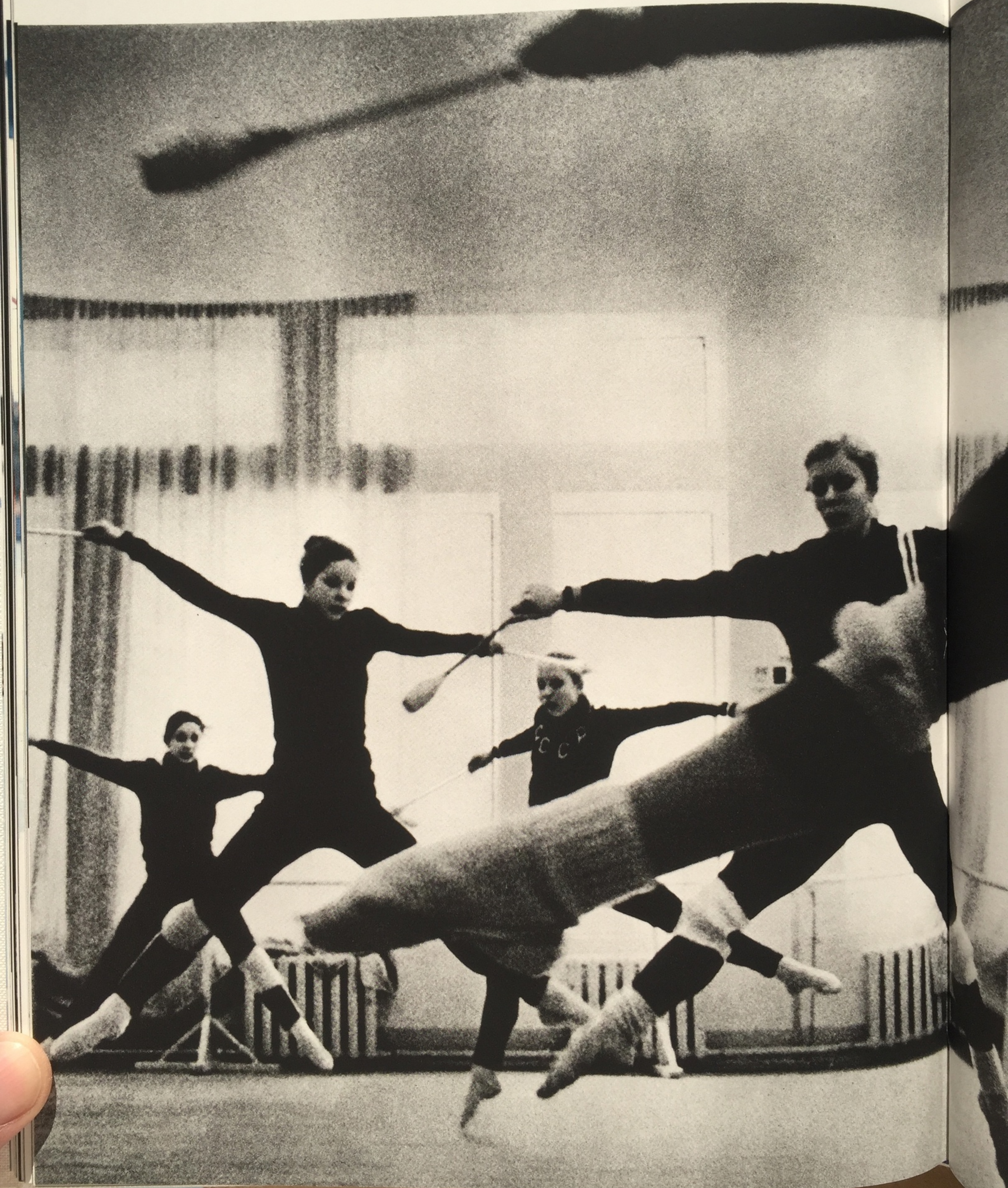
Любимые предметы Оли? Пожалуй, обруч и скакалка. Однако больше всего эта девушка любит командные упражнения. Когда она начинает говорить о них, то прямо-таки преображается. Вот ее короткий рассказ о чемпионате Европы, прошедшем в Австрии в 1976 году:

— Сначала мы думали, что победы нам не добиться, — команда девушек из Болгарии получила очень высокие оценки. Они прыгали, смеялись, обнимались. Считали, что нам их уже не обойти. Но мы, как говорится, отдали все, что могли.

Почему командные упражнения так полюбились Оле, сказать трудно. Может быть, потому, что на Кубке страны 1974 года ее команда стала победительницей и Оля поверила в свои силы. Может быть. Во всяком случае, сейчас Оля Плохова — мастер спорта международного класса, находится в отличной спортивной форме и, думается, еще доставит любителям художественной гимнастики немало радостных минут.





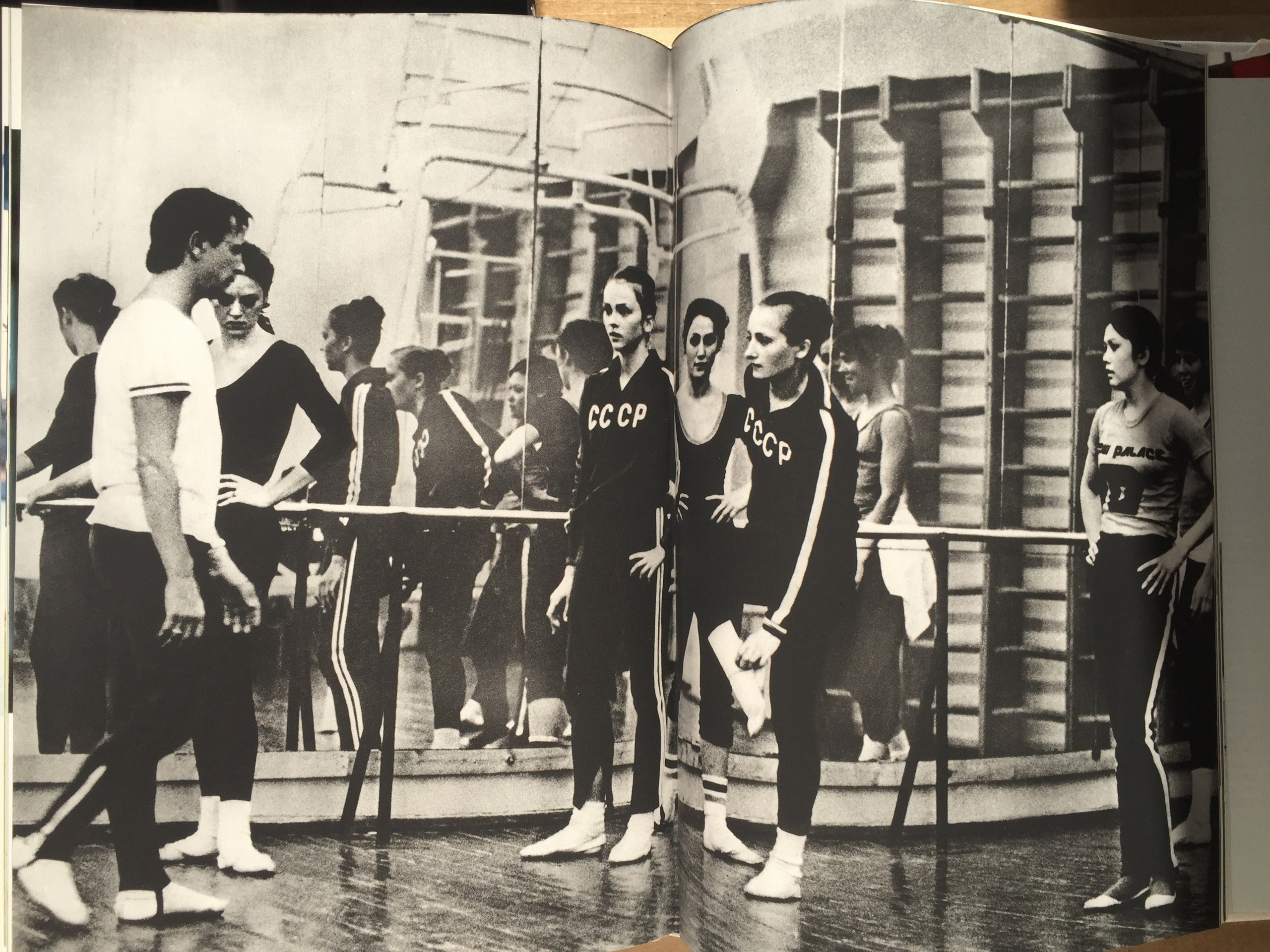


Успех пришел к Оле довольно быстро. Лишь позанимавшись два года в секции, на состязаниях Кубка страны она уже заняла третье место среди юниорок. И к тому же выиграла упражнения без предмета и со скакалкой. А еще через год Оля стала чемпионкой Кубка интервидения. Там ей удалось выиграть упражнения без предмета и с лентой. В 1976 году на чемпионате страны Оля заняла общее седьмое место, но уже среди взрослых. Это не так плохо, если учесть, что впереди были Шугурова, Дерюгина, Крашениникова и другие более опытные спортсменки. Ну а затем заметных успехов Оля добилась еще на двух состязаниях, но уже международного масштаба: в Софии на матче Болгария — СССР она заняла пятое место, а в Польше на Познанских играх — четвертое. Причем занять такие места в соревнованиях, где были представлены лучшие молодежные силы двух стран, ей помогли упражнения с мячом, самые ее любимые.

Однако Оля не однолюб, ей по душе не только упражнения с мячом. Она гимнастка ищущая, творчески активная. Оля пробует себя в самых разных направлениях и, как правило, добивается успеха.

Любопытен взгляд Оли на составление произвольных упражнений. Она считает, что их нужно начинать разучивать с... эмоций. Да, подобрав музыку, близкую гимнастке по духу, сопоставить ее с элементами и соединениями, что есть в ее арсенале, а потом дорабатывать их в техническом отношении. Может быть, такое отношение к творчеству и не самое лучшее, но оно приносит Оле только пользу.





Тренеры, советчики, друзья

Не помню, кто сказал, но, думаю, сказал верно, что большой спортсмен начинается с большого тренера. И в нашей стране таких тренеров немало. Причем не просто наставников спортсменов, а энтузиастов.

В начале зарождения художественной гимнастики одним из ведущих тренеров была Ю. Шишкарёва, воспитавшая первую чемпионку страны по художественной гимнастике Любовь Денисову, студентку Ленинградского института физической культуры. Затем широкую известность приобрели тренеры Д.К. Осипов, А.М. Семенова-Найпак, Э.Я. Крумина, Л. Годиёва, В. Сохацкая, Э. Овсянникова. В каждом крупном городе страны, где художественная гимнастика пользуется популярностью, есть замечательные наставницы молодежи. Однако, несомненно, следует выделить Марию Вартановну Лисициан, которая подготовила к верхней ступеньке пьедестала почёта мировых первенств Людмилу Савинкову и Елену Карпухину, затем — Галину Павловну Горенкову, воспитавшую Галиму Шугурову, также ставшую абсолютной чемпионкой мира.

Галина Павловна Горенкова — заслуженный тренер СССР, педагог по призванию. Вся жизнь ее — в спортивном зале. Она всегда среди девчушек, девушек, начинающих, подающих надежды, оправдавших надежды. И таких, оправдавших надежды, у Галины Павловны немало. Это и Люба Беленкина, и Таня Ковешникова, и Оля Таранухина, и Наташа Зайцева, и многие другие, ставшие не только мастерами спорта, но и занимавшие в свое время весьма заметные места в республиканских и всесоюзных состязаниях. Но, разумеется, вершиной достижений Галины Павловны как тренера стала Галима Шугурова, третья в нашей стране абсолютная чемпионка мира по художественной гимнастике. Галина Павловна начала заниматься с Галочкой, когда ей было десять лет. И, может быть, именно тогда тренер почувствовала, что в этой девчушке скрываются недюжинные способности.

Галочка, с черными как смоль глазами, разучивала гимнастические элементы с ходу. И, что очень важно в художественной гимнастике, стремилась их исполнять как можно выразительнее. В общем, спустя год-два она начала, как говорилась, наступать на пятки своим старшим подругам. Ну а потом Галима стала и абсолютной чемпионкой мира...

— Галина Павловна не только наставник, человек, который лишь тренирует меня, — говорила мне недавно Галима, — она мой друг.

Галина Павловна замечательный организатор, умеющий увлечь своим делом не только девчушек, но и руководителей спортивных организаций города. Любопытный факт, хоть немного интересующийся художественной гимнастикой (а таких в Омске множество), знает, что до 1967 года, до той поры, пока Галима Шугурова не стала чемпионкой страны, о художественной гимнастике тут почти не слышали. Сейчас здесь множество секций, сотни занимающихся. А тренерами в секциях стали ученицы Галины Павловны. Вот почему теперь, когда приходится уезжать на международные состязания с Галимой, она спокойна: ей есть на кого положиться, кому доверить свое дело.

Эмма Николаевна Овсянникова. Когда-то она и сама пленяла любителей художественной гимнастики своими произвольными упражнениями, была в составе сборной команды Российской Федерации. Ну а сейчас на ее счету как тренера две замечательные гимнастки: Наташа Крашенинникова и Ирина Кириленко, чемпионки мира.

Человек внимательный, строгий, думающий, она в каждой из своих воспитанниц может найти как раз то, что и способно выделить их из общей массы, что раскроет их спортивные возможности.

спортсмен начинается
Причем не просто
дущих тренеров
по художественной
титута физической
К. Осипов, А.М.
Овсянникова.
стика пользуется
нако, несомненно,
готовила к верхней
инкову и Елену
ю Галиму Шугу-

агог по призванию.
девушек, на-
их, оправдавших
и Таня Ковеш-
ставшие не
ма заметные места
вершиной
урова, третья в
гимнастике.
десять лет. И,
вчушке скры-

еские элементы с
илась их исполнять
как говорилась,
ма стала и абсо-

шь тренирует

своим делом не
й города. Любой
икой (а таких в
Галима Шугурова
т почти не слы-
тренерами в
когда приходится
а: ей есть на кого

любителей худо-
и, была в составе
гу как тренера
на Кириленко,

воих воспитан-
цей массы, что





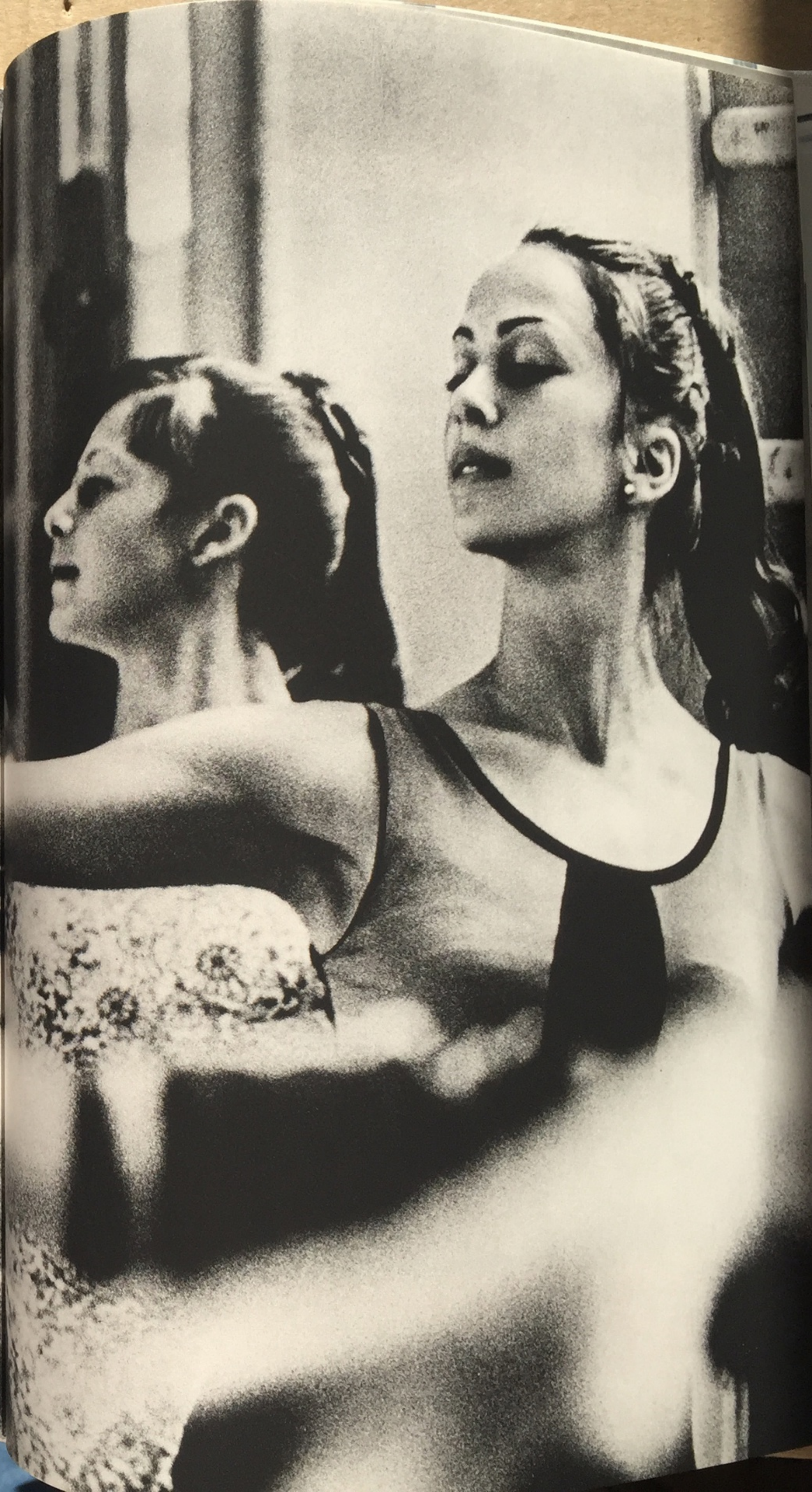
Мария
шлом
томст
своих
питель
поним
тельн
кова и
ходит
подчер
ности.
какими
разбир
скульп
Законч
ки, Мар
юных
ния дви
уровне,
личных
вать в с
ниях. А
ного дел
своих уч
умело п
вождени
И вот чт
ной гимн
могла от
самые чт
тельные
говоритс
В резуль
кроме де
во — сла
произвол
которых
ство заме
цией, арти

Мария Вартановна Лисициан — в прошлом актриса — выросла в среде потомственных деятелей культуры. В своих питомцах она стремилась воспитывать общую культуру, тонкое понимание музыки, балета, изобразительных искусств. Людмила Савинкова и Лена Карпухина, когда заходит разговор о тренере, особенно подчеркивают эту сторону ее личности. Впрочем, это видно и по тому, какими стали ученицы: обе отлично разбираются в литературе, живописи, скульптуре.

Закончив в свое время школу ритмики, Мария Вартановна смогла обучить юных „художниц“ мастерству владения движениями на очень высоком уровне, полюбить танцы самых различных жанров, умело их использовать в своих произвольных упражнениях. А знания в области постановочного дела позволили ей составлять для своих учениц отличные композиции, умело подбирать музыкальное сопровождение.

И вот что очень важно в художественной гимнастике: Мария Вартановна могла отыскать в „своих девчушках“ самые что ни на есть яркие, отличительные спортивные качества и, как говорится, „положить их на музыку“. В результате все ее ученицы — а их кроме двух чемпионок мира множество — славятся своими оригинальными произвольными комбинациями, в которых отличное физическое мастерство замечательно оттеняется композицией, артистичностью . . .





t
que
e







Альбина Николаевна Дерюгина, воспитавшая чемпионку мира 1977 года Ирину Дерюгину и многих других отличных гимнасток, заслуживает особого внимания.

Когда с ней беседуешь, постоянно ловишь себя на мысли: вот таким, вероятно, и должен быть современный тренер чемпионок. Ее спортивная эрудиция, точное знание того, что в художественной гимнастике нужно вот сейчас, сию минуту, явно подтверждают эту мысль.

— Сегодня, чтобы добиться успеха, — говорит она, — нужно воспитать у девушек любовь ко всем видам многоборья. Сегодня нельзя преподносить ученицам то, что было вчера. Необходимо ко всему, что есть в художественной гимнастике, относиться творчески, интерпретировать все в соответствии со способностями, чертами характера, возможностями учениц. Я считаю, что тот тренер хорош, который начинает воспитывать чемпионку с первых ее шагов в спортзале. Это трудно, но необходимо. У меня так было с Ириной и с другими девочками. А их у Альбины Николаевны немало. И хотя она трудится в киевском „Спартаке“, но как-то так сложилось, что ей приходится заботиться обо всех гимнастках города. Если необходимо, идет в самые высшие инстанции, горячо доказывает важность занятий художественной гимнастикой для женщин . . . В общем, как правило, кончается тем, что с ней соглашаются, стремятся создать все условия для развития этого вида спорта. Да, ее усилия не напрасны: в составе сборной страны по художественной гимнастике пять воспитанниц Альбины Николаевны. И первая из них, разумеется, Ирина Дерюгина.



Валентина
путь в худ
Конец 40-
студентка
физическ
на педаго
нами р
ки, затем
художеств
После окон
ер по худ
СССР „Спар
дости
1959 год
на должнос
ной команд
ной гимнас
ать лет она
Нелегким б
Все успехи
еется, име
Валентине
борной стр

Валентина Батаен. Закономерен ее путь в художественную гимнастику. Конец 40-х годов. Валентина Батаен — студентка Московского института физической культуры, член коллектива педагогов, работающих над проблемами развития женской гимнастики, затем участница конкурса по художественной гимнастике 1948 года. После окончания института она — тренер по художественной гимнастике в ДСО „Спартак“. Многие ее воспитанницы достигли высоких результатов. В 1959 году Батаен была приглашена на должность старшего тренера сборной команды страны по художественной гимнастике, и вот уже почти двадцать лет она находится на этом посту. Нелегким было это двадцатилетие. Все успехи наших „художниц“, разумеется, имеют прямое отношение и к Валентине Батаен, старшему тренеру сборной страны.

Хореограф Виктор Иванович Сергеев,
заслуженный тренер РСФСР,
заслуженный артист РСФСР
и старший тренер сборной страны,
заслуженный тренер РСФСР
Валентина Григорьевна Батаен



Смелые юные — смена

А вот и наши самые юные. Юниоры. Да нет, еще даже не юниоры. Они такие неоформившиеся, как говорят про них тренеры, сырые. Но приглядитесь к ним внимательнее: даже сейчас, когда им нет еще и десяти лет (!), позы их уже являют собой черты грациозности. Каждая старается принять положение по красивее, стать так, как требуют тренеры, повернуться так, как их учат. Они будут хорошими спортсменками. Будут. Поручкой тому их трудолюбие, постоянное желание тренироваться. И, конечно, вера тренеров, опытных педагогов, которые когда-то, появившись в школах, на занятиях физкультурой, в секциях спортивных школ, ЖЭКов, отобрали из сотен, может быть,











тысяч таких же девочек, как они, именно их. Так будет — сомнений нет. Ведь их чуть старшие коллеги уже пленяют зрителей своими выступлениями на соревнованиях, матчевых встречах, просто на показательных выступлениях. Вспомните Кубок интервидения 1976 года. Он проходил в Душанбе, где собрались „художницы“ семи стран планеты. Разгорелась борьба за победу. У взрослых победительницей стала Ирина Дерюгина, а среди юниорок — Гуля Апкадинова, тринадцатилетняя школьница из Свердловска. Но разве только одна Гуля Апкадинова радует нас своими успехами? Конечно же, нет. Ее сверстницы не уступают ей в талантности, и каждая из них в своем роде, что, конечно, замечательно. Вот, например, киевлянка Виктория Серых. Ее упражнения с лентой чрезвычайно динамичны и сложны, прыжки легки и высоки. Ее подруга Светлана Вальяникова, тоже ученица Альбины Николаевны Дерюгиной, — отличная гимнастка. А Лена Томас из Волгограда? Таня Долгова из Тбилиси?

Да разве назовешь всех, кто вот-вот придет на смену нашим знаменитым мастерам — „художницам“?! Их сотни, может быть, тысячи. Ведь в каждом городе страны нашей есть секции художественной гимнастики, и в каждой группе немало способных, талантливых девочек. Некоторых из них (пока безымянных) мы видели на фотографиях. И даже тут, только в изображениях, не дающих и сотой доли представления об истинных спортивных качествах девочек, их способностях и талантах, можно увидеть прелесть их искусства, красоту художественной гимнастики, вида спорта, в котором счастливо сочетаются искусство и спорт, артистичность и мастерство.

Да, поистине прекрасен вид спорта, имя которому — художественная гимнастика!

ort
sique
ice



Валентин Сергеевич Кирсанов

СПОРТ, МУЗЫКА, ГРАЦИЯ

Художественная гимнастика

Редактор
А. К. Гринкевич
Художественный редактор
Ю. В. Архангельский
Технический редактор
С. С. Басипова
Корректор
Л. В. Чернова

ИБ № 610. Сдано в набор 02.11.77.
Подписано к печати 28. 07.78 А14363. Формат
84х118/16. Бумага мелов. Усл. печ. л. 13,8+1,84 вкл.
Уч.—изд. л. 21,50+1,75 вкл. Тираж 25000 экз.
Издат. № 5770. Цена 6р.40к.

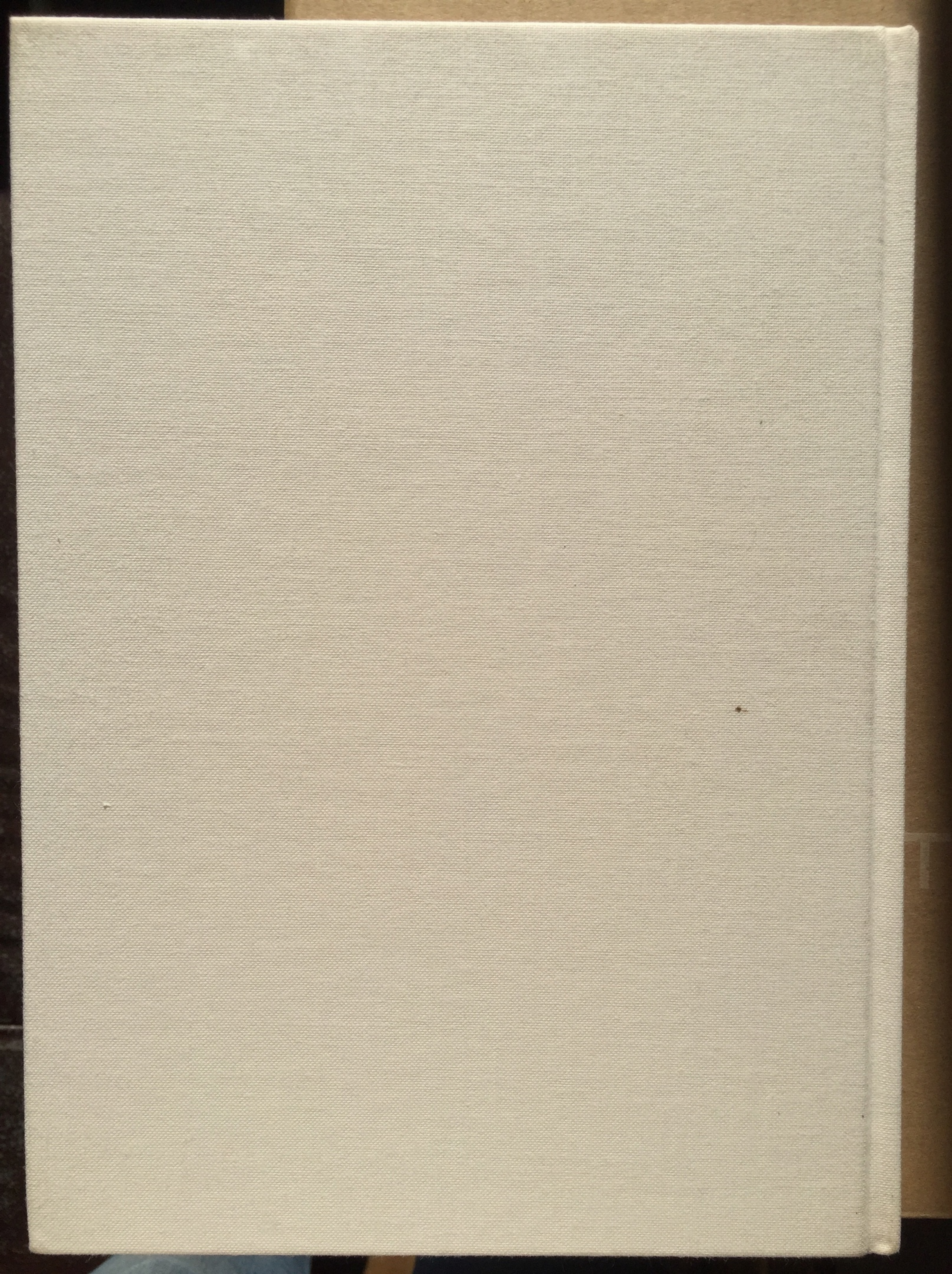
Ордена „Знак Почета“ издательство „Физкультура и спорт“
Государственного комитета Совета Министров СССР
по делам издательств, полиграфии и книжной
торговли. 103006. Москва, Каляевская ул., 27.

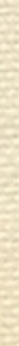












ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИСТОРИЯ
РАССКАЗЫВАЮТ

Sport
Music
Grace

Sport
Musik
Grazie

Sport
Musique
Grace

Sport, Music, Grace

Let's visit the USSR championship in artistic gymnastics . . . Music is playing. In the centre of the hall you see a slender girl in a sport costume. She has a red sparkling ribbon in her hand. The ribbon is moving as if it were alive, winding around her body, going up in a spiral, running away from her hands like an unusual snake.

The sight is fascinating. After the first girl comes the second one. And again the music sounds in harmony with the exercises reflecting the character of movements. Some gymnasts perform with a ribbon, some with a ball, others with a club. There are also exercises without any objects at all. Compositions are extremely different, never repeating each other, bringing about romantic, poetic and lyrical feelings. But mostly impressive are the exercises in which . . . Perhaps for better understanding we should touch upon some questions of development of artistic gymnastics in the USSR.

The start to artistic gymnastics in the USSR was given in fifties, probably at the end of forties. At that very period of time they started hot disputes on the future of artistic gymnastics, wondering whether it would have sport or concert-dancing character. In 1947 the first All-Union competition in artistic gymnastics was held in Tallin. The best gymnasts from Moscow, Leningrad, Georgia and Baltic Republics participated in the event. That demonstrated the popularity of artistic gymnastics in the USSR.

But the exercises shown at the first competition were of dancing character. The same happened a year later at the second All-Union competition.

But in the autumn of 1949 at the first All-Union contest in artistic gymnastics the sport goal of it didn't leave any doubts. Later in 1954 special training programmes were designed for all classes: from beginners to masters of sports. Lilia Nazmutdinova, a gymnast from Sverdlovsk became the first Master of Sports of the USSR. This elegant, musical, sportlike gymnast showed a lot of complicated elements of acrobatics and gymnastics in her performance.

Soon artistic gymnastics alongside with other kinds of sports became part and parcel of general system of physical training of our people. Several years ago it was included into school curriculums.

Artistic gymnastics enjoys wide popularity in the USSR. And it is understandable as it helps our girls to become physically perfect, elegant and feminine at the same time. It might be one of the reasons why artistic gymnastics, the way it was developed in our country, was quickly recognized in socialist countries, then all over the world.

In 1963 the European championship took place in Budapest. Soviet gymnasts ranked the highest with Ludmila Savinkova as the winner. This European championship was quite unusual, as

three months later they started to call it the World Championship with so many merited "artists" of the world participating in it.

Four years later, at the World Championship in Copenhagen Soviet gymnast Elena Karpukhina proved to take the lead, while Galima Shugurova became the winner in Rotterdam in 1973.

Performances of our gymnasts always bring about storms of applause and bursts of emotions.

Why?

Artistic gymnastics is an expressive kind of sports. How is it achieved? What are the ways of expressiveness? To do exercises with emotions one should first of all be well trained. Such comprehensive training takes a lot of time and energy. One can only guess how hard this training is, because at competitions we see only the results of their work: exactness, dexterity, perfectness of every gesture. And we can only say with admiration: "It is extremely graceful".

It sounds like a paradox, but the most expressive elements in artistic gymnastics are the simplest elements and steps. One can't help recalling the proverb: "She moves like a swan". Jumps are very important in artistic gymnastics. They make shows really spectacular and expressive, especially if combined with music rhythms.

Runs and turns do not lack expressiveness either. One can notice it easily in exercises based on folk dances.

Elements of folk and classical dances have been used in artistic gymnastics for a long time, adding up to expressiveness of exercises. They used to dominate among other elements, but now they are made the most only in compositions, helping the gymnasts to create their free programmes, to make them more spectacular. Looking at the hands of gymnasts one appreciates the role of dances far more. Every movement not only of hands, but of fingers, is full of expression.

Gymnasts have a wider field for creation when they use objects. The use of objects make artistic gymnastics not only more expressive but also sportlike.

"Play" with a ball, clubs, a skipping rope, a ribbon has actually become the fundament of modern artistic gymnastics. One can see the similar thing in the circus too, but there it only surprises the public with adroitness while in gymnastics it gets to your heart. Play with objects allows gymnasts not only to perform complicated interesting spectacular compositions, but also expresses their feelings, the main idea of musical part, as we can see it for example, in the exercise of Galima Shugurova with a hoop.

Lyrical music is playing. Galima, following her mood, makes different turns, dancing steps, plastic movements. But as soon as tension grows in the music tune, the movements of the

gymnast become
push she roll
sounds more an
Galima suddenly
to stay there. But
the hoop to rota
the complicated comp
This is only one ex
objects. Almost ev
such opinion of the
A ball in exercises
ing the girls to crea
A skipping-rope -
gymnastics from th
here a very stable p
nasts jump with it,
they do it. It is grac
A hoop . . . They
skipping-rope, they j
And, of course, the
it around the body, h
A ribbon . . . This
yellow and blue lig
ject of our "artists".
it, such as "snakes",
circles. In the ribbon
laced provided gymn
manage to express t
music.
We have come to th
exercises depends a g
plasticity, suppleness,
of opportunities to m
let's imagine that all e
Hard to believe? You a
Music is one of the b
kind of sports cannot e
places artistic gymnasti
it magic and exciting.
To-day with the high s
They execute their ex
cies in the best way. I
diversity of gymnasts
And still what makes the
of gymnastics which they de
In artistic gymnastics we

gymnast become more impetuous and efficient. With an abrupt push she rolls the hoop to the middle of the hall. The music sounds more and more dramatic. At the culmination of music Galima suddenly jumps on the hoop and it looks that she wants to stay there. But by a quick movement of her foot she makes the hoop to rotate more and runs further to continue her complicated composition.

This is only one example how expressive are the exercises with objects. Almost every of our "artists" has compositions proving such opinion of the use of objects in artistic gymnastics.

A ball in exercises of "artists" has become really magic helping the girls to create unusual impressive exercises.

A skipping-rope — a usual children's toy has come to artistic gymnastics from the country of childhood and has occupied here a very stable position. It is used like in childhood: gymnasts jump with it, run with it, rotate it, but look at the way they do it. It is gracious, exciting, beautiful.

A hoop . . . They roll it like a ball, they jump over it like a skipping-rope, they juggle with it the way they do it with clubs. And, of course, they use it according to its purpose — rotate it around the body, hands, feet.

A ribbon . . . This many-coloured thing sparkling with red, yellow and blue lightnings is perhaps the most favourite object of our "artists". They do all kinds of unusual exercises with it, such as "snakes", "spirals", "the eights", the most incredible circles. In the ribbon exercises sport and art are closely interlaced provided gymnasts are highly qualified. Only then they manage to express the gamut of their emotions, tunes of music.

We have come to the conclusion that the expressiveness of exercises depends a great deal on the skill of gymnasts: their plasticity, suppleness, grace, agreed that objects add up a lot of opportunities to increase expressiveness and emotions, but let's imagine that all exercises are performed without music. Hard to believe? You are right.

Music is one of the basic points of artistic gymnastics. This kind of sports cannot exist without music. It's the music that places artistic gymnastics on the verge of sports and art, making it magic and exciting. About twenty years ago our "artists" used plain music, mostly of dancing character.

To-day with the high skill of our gymnasts it is not enough. They execute their exercises to sonatas, concerts and even symphonies, picking up the parts interlacing with their exercises in the best way. It is music which brings to life the individuality of gymnasts, their high emotions, their artistic talents. . .

And still what makes the audience to respond to the emotions of gymnasts which they demonstrate during their performances? In artistic gymnastics we are excited by the image created by

the "artist" with her own means, using certain music. If you think about it you will agree with this point of view. The best proof to it you'll find in the ribbon exercise of Irina Deryugina — her "toreador".

Yes, it is true that image-bearing makes exercises of our "artists" emotional, stirs up deep feeling among public. . .

Victory is Main Goal

Interview with the first World Champion Ludmila Savinkova (page 26—31)

— It wasn't an easy victory, — Ludmila says, — though artistic gymnastics was less complicated at that time. I was competing with such well-known "artists" as Maria Gigova, Hanna Mitchekhova — gymnasts of high emotional gift, artistic abilities.

— Did you think about the public preparing for the competition?

— Yes, I did. But I used to forget about the audience with the competition starting.

— What do you think about the forecasts of artistic gymnastics?

— Hard to say, but I think it will become more complicated because of exercises with objects. It's possible that new objects would be used as it has been happening during last ten years. I suppose our kind of sports has a wide field for tremendous improvement in future. You may remember that quite recently the programme for Masters of Sports was similar for all participants of competition and, frankly speaking, it was rather boring for the audience and the gymnasts. Nowadays compulsory exercises are composed by the "artists" themselves provided they include in their shows six elements mentioned in the regulations. These elements are complicated, hard to perform and deserve the high title of Master of Sports.

Then, probably, we'll come to estimation of gymnasts' exercises on two aspects: technique and artistic values similar to what they have now in figure skating.

— What brings success to a gymnast?

— Her individuality. Special emotionality, temperament, expressing the essence of the music in the best way, is bound to bring success to gymnasts provided the gymnasts are well prepared psychologically. Don't be surprised with the word, because now, when the skill of leading "artists" is approximately on the same level, psychological readiness is of great importance.

— What is the level of development of artistic gymnastics in other countries?

— To-day this kind of sports is very popular in Czechoslovakia,

Hungary, the GFR, Romania, Poland, where they have plenty of well-merited gymnasts. Artistic gymnastics has gained popularity on three continents, in nearly forty countries of the world.

Zigzags of Big Destiny

About World Champion of 1967 — Elena Karpukhina
(page 32–37)

It was quite a surprise when a little girl with braids, less than 16 years old, a second-string gymnast in the national team, became absolute world champion! Nowadays it happens rather often, but at that time . . .

The road of Elena Karpukhina to the top was checkered with ups and downs — losses more than victories.

Generally speaking, Elena was lucky. The fate presented her with a slender figure, graciousness, musical taste. Being trained by well-known coach Maria Lisitsian who had brought up world champion Ludmila Savinkova, Elena was looking forward to training next to her and managed that. But it happened so that success did not come her way as fast as she wanted that. — Why? — Elena thought for a moment.

— Now, when I myself train young gymnasts I understand that I was short of determination at that time. I couldn't set myself the aim and achieve it, the way Ludmila was doing. Then for a long time I couldn't "find myself". Dreaming about exciting dancing exercises I performed only in lyrical exercises.

No matter how it was, but when before the 1967 World Championship it was considered if Elena should be put on the national team, the Board of coaches did not run that risk. Only after the USSR cup competition where Elena took second place, she was pulled for the national team, but only as a second string.

In Copenhagen where the championship was held, Elena achieved enormous success to become world champion . . . Absolute!

It was quite a sensation!

Impulse and Inspiration

About World Champion of 1973 Galima Shugurova
(page 38–51)

In 1969 and two years later Galima Shugurova was close to the title of absolute world champion, but in both cases she was defeated by well-merited "artist" Maria Gigova.

Maria took the lead, because in performance of free exercises Galima dropped the hoop. It happened at the first day of the world championship, but on the second day she did her best to win back 2/10 points, she had lost to Gigova.

Before that event Galima was excited and to calm herself she visited a museum. The thoughts about the start of her career in artistic gymnastics being a ten-year girl, came back to her. Her coach Galina Gorenkova noticed unusual abilities of the girl at once — her suppleness, temperament, drive for training, and did her best helping little Galya to succeed.

Galima's ribbon exercises were really good. The image of "Carmen" she had prepared for the national championship of 1973 charmed everybody.

— "It was quite recently, — Galima thought, — only three months ago, so why should I lose courage now?

As the result it happened so that on the second day of the championship she put up the best performance she had ever done. It seemed she had been saving all her skill and inspiration specially for that very day. Her ball exercises were really spectacular. The ball looked alive in her hands. The result was 9,8 points! She overhauled Maria Gigova with 0.05 points.

After that Galima gave her ribbon show. Here again her "Carmen" didn't let her down to get 9,75 points for the execution of the exercise.

That brought her to the highest point of the pedestal, next to well-known Maria Gigova.

Consideration and . . . Inspiration

About World Champion of 1977 Irina Deryugina (page 52–65)

At first she said:

— I want to be like my mother.

Then added:

— I want to be a coach.

And ended up:

— I want to train little girls. But before that I have to cover a path of sports myself.

The first statement was made by Irina Deryugina at the age of five or six, when she was only starting her career in artistic gymnastics, but the second — quite recently — at the training session of the national team.

This path proved to be right for the girl. She has shown tremendous achievements in the field of artistic gymnastics — to win cup nationals three times and to become champion of the USSR twice. Recently she won the victory at the world championship. The Second part of her plan — to become a coach — is being

carried out as well: she
sical Training and now
to train young "champ
It goes without saying
tion. As to her inspira
performances. Inspiratio
showing off. It shows o
ments of hands, someti
can easily see it in h
spanish music. The ima
stay in the memory of t
It is impossible to explai
and inspiration lies, but
exciting and looks up to
Group exercises are ver
show individuality in th
six girls are supposed to
is one of the major poin
to achieve real harmon
were world champions f
in such a group of six,
tional team among them

Art, Labour, Week = da

Gymnasts are creative p
original elements which
Box" of world artistic
rova", "rush of Vasyura
But creative work dem
technique of execution

Coaches: Advise

About N. Lisitsian, G.
(page 104–113)

Somebody said once:
coach. And it is true.
coaches in the USSR, b
trained world champion
of 1963 and 1967 — ha
Maria Lisitsian is a coa
having spent her whole
make her pupils emotio
love for beauty and gen

carried out as well: she is a student of Kiev Institute for Physical Training and now helps her mother Albina Nikolaevna to train young "champions".

It goes without saying that such intentions deserve recognition. As to her inspiration, it reveals best of all during her performances. Inspiration of this quiet reserved girl is not for showing off. It shows only in hardly-noticeable gestures, movements of hands, sometimes in the expression of her eyes. You can easily see it in her ribbon-exercise accompanied with spanish music. The image of toreador fighting with a bull will stay in the memory of the audience for a long time.

It is impossible to explain where the link between consideration and inspiration lies, but the combination of these two things is exciting and looks up to the date.

Group exercises are very distinctive (page 82-89). It's hard to show individuality in their execution. Just on the contrary, all six girls are supposed to perform the exercise in unison which is one of the major points of the show. Soviet "artists" managed to achieve real harmony in this kind of exercises and they were world champions four times. It is so exciting to be trained in such a group of six, that many gymnasts, members of national team among them, are looking forward to it . . .

Art, Labour, Week = days (page 90-103)

Gymnasts are creative people. Many of them have invented very original elements which become part and parcel of the "Gold Box" of world artistic gymnastics. We mean "spin of Shugurova", "rush of Vasyura", "Deryugina's element".

But creative work demands enormous physical training, high technique of execution of elements, gigantic everyday work.

Coaches: Advisers, Friends

About N. Lisitsian, G. Gorenkova, A. Deryugina
(page 104-113)

Somebody said once: A good sportsman stems from a good coach. And it is true. We have got more than one of such coaches in the USSR, but there are only two of them who have trained world champions.

Ludmila Savinkova and Elena Karpukhina — world champions of 1963 and 1967 — have been trained by Maria Lisitsian.

Maria Lisitsian is a coach of a special type. Former actress, having spent her whole life among people of arts, she tried to make her pupils emotional and artistic. Developing in the girls love for beauty and general culture, she cultivated in them love

for gymnastics, readiness to devote themselves to their favorite kind of sports . . .

Galina Gorenkova "found" Galima Shugurova in her native city Omsk. Feeling real temperament in this little girl she started passionately, persistently, with inspiration to prepare little Galima for big future. She became not only the coach demanding from her gymnast execution of complicated elements and perfecting them, but a real friend, an adviser, an assistant. And Galima became world champion of 1973 . . . More than that, Gorenkova has trained a large group of "artists".

Albina Deryugina — mother of well-known "artist" — Irina Deryugina — is a coach with a real drive. Such of her merits as great learning in sports, exact knowledge what should be done at this very moment, the ability to make it serve artistic gymnastics — deserve high respect. She thinks that coaches should train champions from their first steps in sports, and bring them up in such a way that they would love all kinds of artistic gymnastics, being all-rounders.

"You should take the best tactics from your rivals and interpret them in your own way", — she says. In the group of gymnasts of Albina Deryugina five are members of the national team . . . They are: easy in jumps, lyrical and romantic Olga Plokhova; extremely emotional and sociable Janna Vasyura; serious, reserved and purposeful Olga Tchegoleva; having much more to reveal but already much spoken about — Luda Evtushenko; and, of course, Irina Deryugina. . .

Courageous, Young . . . Rising Generation (page 114-119)

Here are the youngest. Neither experienced nor graceful yet. They bravely try to copy their older colleagues. They want to be like Galima Shugurova, Irina Deryugina, Natasha Krashenikova. And they will make it. The oldest of them charm the audience with their skill, temperament and original exercises even to-day. . .

Yes, this kind of sports called artistic gymnastics is really fascinating.

Translation by A. Chabrova

Sport, Musik, Grazie

Sehen wir uns die Landesmeisterschaften im Kunstturnen an! Es ertönt die Musik. In der Mitte des Saals steht ein schlankes Mädchen im Sportanzug. Es hat ein rotes, leuchtendes Band in der Hand. Es scheint ein Lebewesen zu sein. Bald umschlingt es den Körper, bald steigt es spiralförmig empor, dann wieder schlängelt es sich aus den Händen.

Es ist eine zauberhafte Schau. Jetzt kommt ein zweites Mädchen an die Reihe. Und wieder verschmilzt die Musik mit den Übungen, spiegelt den Charakter der Bewegungen wider.

Einige Mädchen treten mit einem Band auf, die anderen mit einem Ball, wieder andere mit einem Stab. Dann treten sie ohne Gegenstände auf. Die Kompositionen sind außerordentlich mannigfaltig. Sie rufen romantische, poetische und lyrische Gefühle hervor. Aber einige Übungen hinterlassen einen besonders tiefen Eindruck. Um das besser zu verstehen, muß man sich mit einigen Fragen der Entwicklung des Kunstturnens in der UdSSR befassen.

Das Kunstturnen in der UdSSR begann gegen Ende der vierziger Jahre. Gerade damals entbrannten die Diskussionen darüber, wie das Kunstturnen bei seiner weiteren Entwicklung gestaltet werden muß: sportlich oder tänzerisch. 1947 fand in Tallinn der erste Unionswettbewerb im Kunstturnen statt. Die besten Sportlerinnen aus Moskau, Leningrad, Georgien und den Osteerepubliken nahmen daran teil. Das zeugte davon, daß das Kunstturnen im Lande beliebt und verbreitet war.

Damals, bei dem Ersten Wettbewerb, trugen die Übungen einen tänzerischen Charakter. Ungefähr dasselbe zeigte sich auch ein Jahr später bei dem zweiten Allunionswettbewerb. Im Herbst 1949, bei der ersten Allunionsmeisterschaft im Kunstturnen trat der sportliche Charakter dieser Sportart zweifellos in den Vordergrund auf. 1954 wurden Pflicht- und Kürübungen speziell für die Anfänger, für weitere Qualifikationsstufen und endlich für die Meister des Sports festgelegt. Die Turnerin aus Swerdlowsk Lilia Nasmudinowa wurde zum ersten Sportmeister der UdSSR im Kunstturnen. Sie turnte sehr ausdrucksvoll, musikalisch und, was nicht minder wichtig ist, sportlich. Ihre Übungen enthielten komplizierte Elemente der Gymnastik und Akrobatik.

Bald wurde das Kunstturnen den anderen Sportarten gleichgesetzt und ins allgemeine System der physischen Erziehung der Bevölkerung einbezogen und vor ein paar Jahren auch ins Schulprogramm aufgenommen.

Das Kunstturnen ist in unserem Lande sehr beliebt. Das ist verständlich. Es hilft den Mädchen sich physisch zu vervollkommen, Grazie und Anmut werden entwickelt. Und, das ist einer der Gründe, daß das Kunstturnen, so, wie es gerade in unserem Lande entstand, sehr schnell in den sozialistischen Ländern und später in der ganzen Welt anerkannt wurde.

1963 fand schon in Budapest die Europameisterschaft statt.

Dort siegten die sowjetischen Kunstturnerinnen. Ludmila Sawinkowa wurde zur Europameisterin. Diese Europameisterschaft war ungewöhnlich. Drei Monate später hat man sie eine Weltmeisterschaft genannt, weil die besten Kunstturnerinnen unseres Planeten daran teilgenommen hatten.

Nach vier Jahren siegte in Kopenhagen die sowjetische Kunstturnerin Elena Karpuchina, 1973 wurde Galima Schugurowa, die auch die UdSSR vertrat, in Rotterdam Siegerin. Die Auftritte unserer Mädchen rufen immer stürmischen Beifall und Begeisterung hervor.

Warum denn?

Das Kunstturnen ist seinem Wesen nach eine ausdrucksvolle Sportart. Und wie wird das erreicht? Wie sind die Ausdrucksmittel? Um die Übungen beeindruckend vorzutragen, ist es vor allem notwendig, ausgezeichnet körperlich vorbereitet zu sein. Das nimmt außerordentlich viel Zeit und Kraft in Anspruch. Man kann sich kaum vorstellen, wie hart die Kunstturnerinnen trainieren müssen. Bei den Wettkämpfen sehen wir die Ergebnisse ihrer Arbeit. Exaktheit, Geschicklichkeit und Harmonie, Gespitztheit jeder Bewegung. Wir können nur unsere große Begeisterung zum Ausdruck bringen: "Das ist eine absolute Perfektion!"

Wie paradox es auch scheinen mag, sind beim Kunstturnen einfache Elemente besonders wirkungsvoll, z. B. Gangabläufe. Es fallen uns unwillkürlich solche Redewendungen ein wie: "Sie bewegt sich wie ein Schwan" oder "Sie geht wie ein Pfau". Eine äußerst wichtige Rolle spielen in dieser Sportart auch Sprünge. Sie verleihen den Übungen Ausdruck. Und wenn sie auch die Musik treffend wiedergeben, so erscheinen sie außerordentlich faszinierend.

Der Lauf und die Seitwärtssprünge sind nicht weniger beeindruckend. Sie sind besonders wichtig bei den Übungen zu den Themen von Volkstänzen.

Elemente der klassischen und Volkstänze stehen schon seit langer Zeit im Dienste des Kunstturnens, sie bestimmen den ausdrucksstarken Vortrag. Einige Zeit dominierten sie sogar in dieser Sportart, heute wird aber ihre Rolle auf die Komposition eingeschränkt. Sie helfen den Turnerinnen ihr Programm zusammenzustellen, ihm einen künstlerischen Eindruck zu verleihen. Die Rolle des Tanzes tritt hervor, wenn man die Hände der Kunstturnerinnen beobachtet. Jede Hand- sogar jede Fingerbewegung ist überlegt eingesetzt und vollendet. Und wenn man zusieht, wie eine russische Schönheit auf der Arena "schwimmt", so gewinnt man auch von der natürlichen Eleganz ihrer Arm- und Handbewegungen den Eindruck, daß diese Bewegungen alle guten menschlichen Eigenschaften wie Größe, Gutmütigkeit, Großherzigkeit zum Ausdruck bringen, die für einen "russischen Charakter" typisch sind.

Dank der Anwendung von Gegenständen werden die Möglich-

keiten der Sportlerinnen bedeutend erweitert. Die Gegenstände verleihen dem Kunstturnen nicht nur Ausdruckskraft, sondern auch eine echte Sportlichkeit. Das Spiel mit dem Ball, mit den Stäben, mit dem Band und dem Springseil bestimmt heute wesentlich das Kunstturnen. Das ähnliche Spiel kann man im Zirkus sehen. Dort wird der Zuschauer von der Gewandtheit des Darstellers begeistert, hier ist er auch durch seine Ausstrahlung fasziniert. Es erlaubt den Mädchen nicht nur komplizierte, interessante und beeindruckende Programme zu zeigen, sondern man traut ihnen einen ausdrucksstarken, choreographisch mit hoher Musikalität vollendeten Vortrag zu, wie es zum Beispiel Galima Schuguruowa in der Übung mit einem Ring erzielt.

Es erklingt eine lyrische Musik. Galima macht, ihrer Stimmung folgend, verschiedene Seitwärtssprünge, Tanzschritte und anmütige Bewegungen. Jetzt vernimmt man Töne, die Spannung wiedergeben, in der Melodieführung. Die Bewegungen der Turnerin werden immer heftiger, mitreißender. Sie stößt den Ring in die Mitte der Arena, er rollt von ihr fort, und die Musik klingt schon wirklich dramatisch. Auf dem Höhepunkt des Geschehens springt Galima nach einem kurzen Anlauf auf den Ring und scheint dort bleiben zu wollen. Aber sie stößt nur den Ring mit leichter Bewegung ihrer Sohlen an, er bekommt eine andere Richtung, und sie selbst läuft leichtfüßig weiter. Der Ring dreht sich einem Kreisel gleich um, und die Turnerin zeigt eine Reihe von komplizierten Verbindungen. Das ist nur ein Beispiel dafür, daß die Übungen mit einem Gegenstand sehr ausdrucksvoll sein können. Fast jede unserer Kunstturnerinnen beherrscht solche Kompositionen, die die Richtigkeit der Anwendung der Gegenstände beim Kunstturnen bestätigen.

Ein Ball bei den Übungen der Turnerinnen fasziniert. Er hilft den Mädchen interessante, außergewöhnliche Übungen schaffen.

Der Springseil wurde aus einem Kinderspiel in den Sport übertragen und nahm hier einen ständigen Platz ein. Man springt zwar darüber und läuft damit wie ein Kind, man dreht ihn, doch man macht das jetzt anders: mit Grazie, Ausstrahlung und Ästhetik.

Der Ring . . . Er wird einem Ball ähnlich gerollt, man springt dadurch und darüber, wie mit einem Springseil, es wird damit wie mit einem Stab, jongliert . . . Und natürlich wird er direkt ausgenutzt: um den Körper, die Arme und die Beine gedreht. Das Band . . . Farbenprächtig, wie rote, blaue und gelbe Blitze leuchtend, ist es einer der Lieblingsgegenstände der Turnerinnen. Damit bilden sie "Schlange", "Spirale", "Achter", die überraschendsten "Kreise". In den Übungen mit einem Band ist Sport mit Kunst sehr eng verbunden, aber nur bei den besten Turnerinnen. Nur solch einer Turnerin kann ein ausdrucksstarker Vortrag, auch Wiedergabe des Inhalts eines

musikalischen Werkes gelingen.

Wir haben also festgestellt, daß der ausdrucksstarke Charakter der Übungen von der Meisterschaft der Turnerinnen in großem Maße abhängt: von ihrer Geschmeidigkeit, Grazie und Harmonie. Wir wissen jetzt auch, daß die Gegenstände sehr viel zum Ausdruck und zur Ausstrahlung des Vortrags beitragen. Aber stellen Sie sich vor, daß die Übungen ohne Begleitmusik ausgeführt werden.

Ist das schwer vorzustellen? Natürlich. Die Musik bestimmt das Kunstturnen im höchsten Maße. Ohne sie gäbe es diese Sportart nicht. Die Musik stellt gerade die Grenze zwischen Sport und Kunst dar. So ist die Zaubermacht der Melodien und Rhythmen. Etwa vor zwanzig Jahren wählten die Turnerinnen inhaltlich ganz einfache Werke, öfters Tanzmusik für die Begleitung aus. Heute, dank der gestiegenen Meisterschaft und Kultur der Turnerinnen, ist das schon zu wenig. Sie wählen für ihre Kür sehr sachkundig Teile von Sonaten, Konzerten, sogar Sinfonien als Begleitmusik aus, solche Teile, die sich am besten mit dem Aufbau der Übungen verflechten lassen. Die Musik bewirkt die Eleganz und Ausstrahlung der Darstellerinnen.

Und wie wirkt der Vortrag auf den Zuschauer?

Beim Kunstturnen bewegt uns die Gestalt, die die Darstellerin durch ihre Bewegungen unter Begleitung eines bestimmten Musikwerkes verkörpert. Dieser Satz kann aufgenommen werden. Besonders überzeugend sind die Übungen von Irina Derjugina mit einem Band, ihr "Torero".

Die "Bildhaftigkeit" des Vortrags verstärkt ihre Ausstrahlung und den Ausdruck und ruft bei den Zuschauern besonders tiefe Gefühle hervor.

Kurs auf Sieg

Ein Interview mit der ersten Weltmeisterin Ludmila Sawinkowa (Seit 26–31)

— Das war ein schwerer Sieg, — sagte Ludmila. — Obwohl das Kunstturnen damals nicht so kompliziert war. Da haben doch zusammen mit mir solche bekannten Kunstturnerinnen wie Marie Gigowa und Hanna Mitschschowa gekämpft, die sich durch große emotionale Begabung, Ausdruck und Eleganz auszeichnen.

— Haben Sie bei der Vorbereitung auf die Wettkämpfe an die Zuschauer gedacht?

— Ja, natürlich. Aber bei meinem Auftritt habe ich sie immer sofort vergessen.

— Wie stellen Sie sich die Entwicklung des Kunstturnens vor?

— Es ist schwer, etwas konkret zu sagen. Aber ich glaube, das Kunstturnen muß immer komplizierter werden. Besonders wird der Anteil von Gegenstandsübungen steigen, vielleicht auch werden neue Elemente eingeführt, wie es bereits im Laufe 10 letzter Jahre der Fall war. Ich glaube, man wird unsere Sportart weiter vervollkommen. So war das Programm der Sportmeister vor kurzem noch für alle Teilnehmerinnen der Wettkämpfe gleich, was offen gesagt, sowohl für die Zuschauer, als auch für die Turnerinnen langweilig war. Jetzt stellen die Turnerinnen auch das Pflichtprogramm selbst zusammen, aber sie schließen darin sechs in den Regeln vorgesehene Elemente ein.

Diese komplizierten, für die Darstellung schwierigen Elemente sind des Meistertitels würdig.

Außerdem kommen wir wahrscheinlich dazu, die Übungen der Kunstturnerinnen wie auch beim Eiskunstlauf nach zwei Gesichtspunkten einzuschätzen: nach dem sportlichen Wert und nach dem künstlerischen Eindruck.

— Was ist notwendig, um einen Erfolg zu erreichen?

— Individuelles. Mir scheint, emotionale Begabung, Ausstrahlung und Temperament, die am besten das Wesen eines Musikwerkes zum Ausdruck bringen, sichern den Erfolg. Aber nur unter Bedingung, daß die Kunstturnerin, unter anderem, auch psychologisch ausgezeichnet vorbereitet ist. Ja, ja, jetzt, wo die Meisterschaft der führenden Turnerinnen ungefähr auf gleichem Niveau steht, hat die psychologische Vorbereitung eine große Bedeutung.

— Wie ist die Entwicklungsstufe des Kunstturnens in den anderen Ländern?

— Heute ist diese Sportart in der Tschechoslowakei, in Ungarn, in der BRD, in Rumänien und Polen sehr beliebt. Hier sind viele hervorragende Turnerinnen. Das Kunstturnen ist in unserer Zeit auf drei Kontinenten, etwa in vierzig Ländern der Welt verbreitet.

Überraschung und Begeisterung

Über die Weltmeisterin von 1967 Lena Karpuchina
(Seite 32–37)

Es geschah etwas Unmögliches: ein Mädchen mit einem Band im Haar, eine Schülerin, die noch nicht 16 Jahre alt war — sie war nur als Ersatzmann in die Mannschaft der UdSSR aufgenommen worden — wurde zu einer hervorragenden Weltmeisterin!

In unserer Zeit kommt es natürlich ziemlich oft vor, aber damals . . .

Lena Karpuchinas Weg zu der oberen Stufe des Ehrenpodestes war nicht eben. Es gab Siege und Niederlagen, dabei überwogen die letzten.

Offen gesagt, hatte Lena Glück. Von Natur aus ist sie schlank, graziös und musikalisch. Lenas Trainerin war die bekannte Maria Lissizian, die bereits die Weltmeisterin Ludmila Sawinkowa erzogen hatte. Sie hatte das Glück, mit der Weltmeisterin zusammen zu trainieren. Das wollte sie und erreichte es. Oft aber passierte es ihr, daß sie nicht auf der obersten Stufe des Siegespodestes stehen konnte.

— Warum?

Lena überlegte ein wenig.

— Jetzt, da ich selbst kleine Mädchen trainiere, verstehe ich, daß es mir damals an Zielstrebigkeit gefehlt hat. Ludmila hat sich immer ein Ziel gestellt, das sie dann konsequent anstrebte. Und ich konnte das noch nicht. Außerdem konnte ich lange Zeit meine persönliche Note nicht finden. Ich wollte zündende, effektvolle, tänzerische Übungen wählen, es kam aber so vor, daß ich vorwiegend lyrische Übungen ausführen mußte.

Bei der Entscheidung über die Zusammensetzung der Mannschaft der UdSSR zur Weltmeisterschaft 1967 wagte der Trainerrat nicht, Lena aufzunehmen. Erst nach dem Landespokalwettbewerb, wo Lena den zweiten Platz belegte, wurde sie doch noch in die Mannschaft der UdSSR als Reserveturnerin aufgenommen.

In Kopenhagen, wo die Meisterschaft stattfand, erreichte Lena einen überragenden Erfolg. Sie wurde Weltmeisterin. Das war eine schte Sensation.

Siege und Niederlagen in ihrer Laufbahn

Über die Weltmeisterin von 1973 Galima Schugurowa
(Seite 38–51)

Zweimal war Galima Schugurowa dem Ziel nahe, Weltmeisterin zu werden, das war 1969 und zwei Jahre später. Beide Male aber war ihr die überragende Kunstturnerin Marie Gigowa überlegen.

Wieder ist Marie vorn. Und nur deswegen, weil Galima während ihrer Kürübungen das Mißgeschick passierte, ihren Ring fallen zu lassen.

So geschah es am ersten Tag der Weltmeisterschaft. Am nächsten Tag gab Galima ihr Bestes, um zwei Zentelpunkte, die sie von Gigowa trennten, zurückzugewinnen.

Am Vorabend war Galima aufgeregt. Um sich zu beruhigen, besuchte sie ein Museum. Sie erinnerte sich daran, wie sie ihren Weg als Kunstturnerin begann, wie sie als ein zehnjähriges Mädchen die Turnhalle betrat. Ihr Trainer Galina Gorenkowa bemerkte bald die ungewöhnliche Begabung des Mädchens: ihre Geschmeidigkeit, ihr Temperament, ihren großen Fleiß beim Training und gab sich Mühe, Galima zu helfen, Erfolge zu erreichen.

Besonders schön waren Galimas Übungen mit einem Band. Mit der Gestalt der "Carmen", die sie zu den Weltmeisterschaften 1973 vorbereitet hatte, eroberte sie alle Herzen. — Das war aber etwa drei Monate davor, — dachte Galima. — Warum muß ich denn jetzt den Mut verlieren?

... So kam es vor, daß Galima am zweiten Tag der Weltmeisterschaften wie nie zuvor auftrat. Sie schien ihre ganze Meisterschaft, ihre Ausstrahlung für diesen Tag aufgespart zu haben. Besonders gut gelangen ihr die Übungen mit dem Ball. Er war in ihren Händen wie ein Lebewesen. Sie erhielt für diese Übung die Note — 9,8 Punkte! Das waren fünf Hundertstel mehr, als Marie Gigowa erreichte.

Dann trug Galima die Übungen mit dem Band vor. Dabei half ihr ihre "Carmen": die Übung war mit 9,75 Punkten eingeschätzt. Das führte Galima zum Sieg. Sie stand neben der berühmtesten Marie Gigowa auf der obersten Stufe des Ehrenpodestes.

Gründlich durchdachte Absichten und ausdrucksstarker Vortrag

Über die Weltmeisterin von 1977 Irina Derjugina (Seite 52—65)

Zunächsts sagte sie:

— Ich möchte so wie meine Mutter werden. Dann fügte sie hinzu:

— Ich möchte Trainer werden.

Zum Schluß meinte sie:

— Ich möchte Mädchen erziehen, aber vorher will ich selbst die sportliche Laufbahn einschlagen.

Irina Derjuginas erste Erklärung bezieht sich auf die Zeit, als sie fünf oder sechs Jahre alt war und mit dem Kunstturnen begann, und die zweite gab sie vor kurzem im Trainingsvorbereitungstreffen der Turnerinnen der UdSSR ab.

Und dieser Weg war für das Mädchen richtig. Jedenfalls hat Irina große Erfolge im Kunstturnen erzielt: sie war dreimal Pokalwettbewerbssiegerin der UdSSR, zweimal Allunionsmeister. Vor kurzem wurde sie Weltmeister.

Der zweite Teil ihres Planes — Trainer zu werden — geht auch in Erfüllung: sie studiert am Kiewer Institut für Körperkultur und hilft jetzt schon Albina Nikolajewna, ihrer Mutter und dem Trainer "Sportmeisterinnen" zu erziehen.

Selbstverständlich ist so eine Zielstrebigkeit sehr lobenswert. Was aber den ausdrucksstarken Vortrag betrifft, so ergreift Begeisterung Irina im Moment des Auftritts. Das Mädchen beherrscht sich gut, es ist ruhig. Ihre Begeisterung ist nicht zum Zeigen. Diese fasziniert durch kaum bemerkbare Geste, die Bewegungen ihrer Arme und Hände, manchmal auch nur in ihrem Blick.

Das wird in ihren Übungen mit Band unter Begleitung von spanischer Musik deutlich. Die Gestalt des "Toreros", der mit dem Stier kämpft, hinterläßt einen tiefen Eindruck auf die Zuschauer. Es ist unmöglich zu erklären, wie ihre gründlich durchdachten Absichten und Ausstrahlung beim Vortrag zusammengebunden sind, das ist aber schön. Und, man kann sagen, das ist im Geiste unserer Zeit.

Trainer als Ratgeber und Freunde

Von O. M. Lissizian, G. Gorenkowa, A. Derjugina
(Seite 104—113)

Einmal hat jemand gesagt, daß ein großer Sportler mit einem großen Trainer beginnt. Und das ist richtig. In der UdSSR gibt es viele solcher Trainer. Aber nur zwei haben die Weltmeisterinnen erzogen.

Ludmila Sawinkowa und Elena Karpuchina — die Weltmeisterinnen von 1963 und 1967 — wurden von Maria Lissizian vorbereitet.

Maria Lissizian ist eine Erzieherin von besonderer Art. Ehemalige Schauspielerin hatte sie ihr ganzes Leben unter den Kulturschaffenden verbracht und strebte danach, auch ihren Zöglingen das Künstlerische und Gemütsregende anzuerziehen. Die Liebe zum Schönen, allgemeine Kultur in ihnen entwickelnd, brachte sie ihnen auch Liebe zum Sport und grenzenlose Einsatzbereitschaft bei, die Fähigkeit, sich völlig ihrer Lieblingssportart zu widmen...

Galina Gorenkowa entdeckte Galima Schuguirowa in ihrer Heimatstadt Omsk. Sie ahnte intuitiv in diesem kleinen Mädchen die Begabung zu einem temperamentvollen ausdrucksstarken Vortrag und bereitete Galotschka geduldsam, nachdrücklich und begeistert zu ihrer ruhmvollen Laufbahn vor. Sie wurde für Galima nicht nur Trainer, der die Ausführung von komplizierten Elementen verlangt und nach ihrer Ver-

vollkommen strebt, sondern auch ein wahrer Freund, Helfer und Ratgeber. Und Galima Schugurowa errang den Weltmeistertitel 1973. . . Außerdem erzog Gorenkova eine ganze Plejade von Turnerinnen . . .

Albina Derjugina — Mutter der berühmten Kunstturnerin Irina Derjugina — ist ein außergewöhnlich zielstrebigem Trainer. Sie genießt allgemeinen Respekt dank ihrer sportlichen Erudition, sowie ihrer Fähigkeit ständig Schritt mit der Zeit zu halten und die Forderungen der Zeit in den Dienst dem Kunstturnen zu stellen. Sie ist der Meinung, ein Trainer müsse die Sportmeisterinnen von ihren ersten Schritten an vorbereiten. Man müsse sie so erziehen, daß sie alle Arten des Kunstturnens gleich gern hätten, Mehrkämpferinnen würden. — Das Beste muß man bei den Rivalinnen lernen, natürlich auf eigene Art interpretierend . . . — setzte sie fort. Albina Derjugina hat eine Schar von Schülerinnen, fünf von ihnen gehören zur Mannschaft der UdSSR . . .

Olja Plochow ist leichtfüßig beim Sprung, romantisch und lyrisch; Shanna Wassjura ist sehr emotional und gesellig; Olja Stschögolewa ist ernst, gefaßt, zielstrebig; Ljuda Jewtuschenko hat ihre Begabung noch nicht völlig gezeigt, aber man spricht schon von ihr; und nicht zuletzt gehört Irina Derjugina natürlich auch dazu.

Mannschaftsübungen sind sehr spezifisch (Seite 82—89)

Die persönliche Note einer Darstellerin soll hier nicht zum Vorschein kommen. Im Gegenteil. Alle sechs Mädchen müssen alle Übungen völlig gleich turnen. Koordiniertheit ist dabei am wichtigsten. Den sowjetischen Turnerinnen traut man eine tadellose Koordiniertheit zu. Viermal errangen unsere Mädchen den Weltmeistertitel in dieser Sportart. Als eine unter diesen sechs zu turnen — danach streben viele Sportlerinnen aus der Mannschaft der UdSSR, so sind die Mannschaftsübungen im Kunstturnen beliebt und interessant . . .

Schöpferische Arbeit und alltäglicher Training (Seite 90—103)

Kunstturnerinnen arbeiten schöpferisch auf ihrem Gebiet. Viele von ihnen haben sehr interessante Elemente der Übungen entwickelt, die, die jetzt zum goldenen Schatz des Weltkunstturnens gehören. Das sind: "Schugurowas Drehen", "Wassjuras Wurf", "Derjuginas Element".

Aber kein Schaffen ist ohne gute körperliche Vorbereitung ohne Routine bei der Ausführung einzelner Elemente möglich. Hinter scheinbaren Improvisationen steckt viel Arbeit, um täglich jede Bewegung zu schleifen.

Nachwuchs, das heißt Jugend und Mut (Seite 114—119)

Da sind unsere jüngsten. Backfische noch, sie sind noch nicht sehr graziös, sie wagen es dennoch schon recht tapfer, alles ihren älteren Kollegen nachzumachen. Sie wollen so, wie Galima Schugurowa, Irina Derjugina, Natascha Krascheninikowa werden.

Und sie erreichen das. Diejenigen, die etwas älter sind, faszinieren bereits die Zuschauer mit ihrer Meisterschaft, mit ihrer Ausstrahlung, mit ihren eigenartigen Übungen. . .

Ja, schön ist die Sportart, die das Kunstturnen heißt!

Übersetzung von V. Iwanowa

Sport, Musique, Grace

Assistons au championnat national de la gymnastique artistique. . . La musique sonne . . . Au milieu de la salle une jeune fille gracieuse en costume sportif. C'est le ruban qu'elle tient entre ses mains. Le ruban rouge, scintillant. Il est presque vivant. Il s'enroule autour du corps, tantôt sesoulève en spirale, tantôt serpente insolitement des mains.

Un spectacle magique.

Mais voilà une autre jeune fille apparaît en remplaçant la première. Et de nouveau la musique se mêle aux exercices, exprime le caractère des mouvements.

Les unes se produisent au ruban, les autres au ballon, les troisièmes aux bâtons. Ensuite sans objets.

Les compositions sont excessivement variées, uniques. Elles provoquent les sentiments romantiques, poétiques, lyriques. Mais l'impression la plus profonde laisse, peut-être, ces exercices dont . . . D'ailleurs, pour le comprendre il est nécessaire de s'attarder à quelques questions du développement de la gymnastique artistique en U.R.S.S.

Les débuts de la gymnastique artistique en U.R.S.S. remontent aux années cinquante ou probablement à la fin des années quarante. C'est à cette époque que l'on a eu des discussions au sujet du statut de la gymnastique artistique: doit-elle être sportive ou spectaculaire-dansante. En 1947, à Tallin on a inauguré le Premier concours de la gymnastique artistique de l'Union Soviétique. Les meilleures sportives de Moscou, de Léninegrad, de la Géorgie, des républiques Baltes sont venues pour y participer. C'est une preuve que la gymnastique artistique est devenue populaire dans le pays.

Mais là, au Premier concours on a fait voir les exercices de caractère dansant. La situation à peu près pareille était au Deuxième concours national un an plus tard. Mais en automne 1949 lors des premières compétitions de la gymnastique artistique sa tendance sportive ne laissait en douter.

Plus tard, en 1954, on a établi des programmes spéciaux pour les débutantes, pour les catégories suivantes et, enfin, pour les maîtres ès sports. Lilia Nazmoutdinova, gymnaste de Sverdlovsk, est devenue le premier maître ès sports. Très plastique, musicale et, ce qui n'est pas moins important, sportive. Ses exercices étaient composés des éléments compliqués de la gymnastique, de l'acrobatie.

Bientôt la gymnastique artistique de même que d'autres genres de sport est entrée dans le système général de l'éducation physique de la population et il y a quelques années elle a été incluse dans le programme de l'enseignement scolaire.

La gymnastique artistique est très populaire dans notre pays. Et c'est bien compréhensible: elle aide les jeunes filles à être physiquement parfaites, gracieuses et féminines. Et peut-être c'est une des raisons que la gymnastique artistique, sous la forme qu'elle a prise dans notre pays, a été très vite reconnue

dans les autres pays du socialisme et ensuite dans le monde entier.

En 1963 à Budapest on a déjà inauguré le championnat d'Europe. Là ce sont les gymnastes soviétiques qui ont gagné, Ludmila Savinkova est devenue la championne. Ce championnat d'Europe était extraordinaire, trois mois plus tard on l'a appelé le championnat du monde, car les plus connues "artistes" de la planète y participaient.

Quatre ans après, au championnat du monde à Copenhague la gymnaste soviétique Hélène Karpoukhina est devenue la première, à Rotterdam — c'était Galima Chougourova, également la représentante du Pays des Soviets. Les manifestations de nos jeunes filles provoquent toujours des tempêtes d'applaudissements, des explosions d'émotions.

Pourquoi?

La gymnastique artistique c'est un sport qui est selon sa nature très spectaculaire et expressif. Et comment on l'atteint? Quels sont les moyens d'expression? Pour exécuter les exercices expressivement il faut être tout d'abord en pleine forme physique. Cela demande à dépenser beaucoup de temps et de forces. Comment les "artistes" s'entraînent on ne peut que le deviner; aux compétitions nous voyons les résultats de leur travail: exactitude, habileté, aiguisage de tous les gestes. Et on ne peut que prononcer: "C'est gracieux au maximum".

Quoique ce soit paradoxal mais les éléments les plus simples de la gymnastique artistique tels que les pas sont les plus expressifs. On se souvient des proverbes populaires: "Elle s'avance comme un cygne", "Elle a l'allure de paonne".

Les sauts dans la gymnastique artistique jouent un rôle très important. Ils rendent aux exercices l'atmosphère de spectacle et quand ils reflètent avec succès les nuances de la musique ils deviennent très expressifs.

La course, les volte-faces ne sont pas moins expressifs. Surtout on l'aperçoit dans les exercices aux thèmes des danses populaires.

Les éléments de la danse populaire et classique sont inclus depuis longtemps dans la gymnastique artistique et soulignent remarquablement l'expression des exercices. Jadis ces éléments prédominaient même dans ce genre de sport, mais aujourd'hui leur rôle est en général composant. Ils aident les gymnastes à créer leurs compositions libres, leur attribuer l'atmosphère de spectacle. Le rôle des danses est surtout visible quand on regarde les bras des "artistes". Chaque mouvement des bras, des mains, des doigts même est extrêmement expressif. Et quand nous regardons une belle Russe qui "glisse" sur le terrain de sport, ses bras plastiques, on pense que dans de tels gestes s'ouvrent la majesté, la largeur et la bonhomie.

Les possibilités des sportives s'élargissent grâce à l'utilisation des attributs sportifs. Leur présence a rendu la gymnastique

artistique non seulement plus expressive, mais vraiment sportive. "Le jeu" au ballon, aux bâtons, à la corde à sauter, au ruban a fondé presque la base de l'actuelle gymnastique artistique. On peut voir un jeu pareil au cirque, mais là il enthousiasme le spectateur par le savoir-faire de l'interprète tandis qu'ici il émotionne. Le jeu aux objets dans la gymnastique artistique permet aux jeunes filles non seulement de faire voir les compositions compliquées, intéressantes, spectaculaires, mais d'exprimer également leurs sentiments, la pensée de l'oeuvre musicale comme, par exemple, dans l'exercice au cerceau de Galima Chougourova.

La musique lyrique sonne. Galima, selon l'humeur de la musique, fait de différents volte-faces, pas de danse, mouvements plastiques. Mais voilà dans la musique apparaissent les nuances de la tension. Les mouvements de la gymnaste deviennent plus saccadés, plus précis.

Elle pousse d'un coup brusque le cerceau vers le centre du terrain, il roule, et la musique sonne déjà clairement dramatique. Et quand elle atteint le sommet du dramatisme, Galima, en prenant son élan, saute sur le cerceau et il semble qu'elle veut y rester. Mais elle ne fait que tourbillonner le cerceau en traversant par un mouvement adroit du pied et vole plus loin. Le cerceau tourne comme une toupie et la gymnaste fait plusieurs liaisons compliquées.

C'est un seul exemple de ce que les exercices aux objets peuvent être très expressifs. Pourtant presque toutes nos "artistes" ont les compositions qui affirment un tel point de vue sur l'utilisation des objets dans la gymnastique artistique.

Le ballon dans les exercices des "artistes" est devenu presque magique. Il aide les jeunes filles à créer des exercices originaux et intéressants.

La corde à sauter c'est un jeu d'enfants qui est venu dans la gymnastique artistique du pays de l'enfance et y a occupé une place stable. Oui, on saute par-dessus la corde, comme dans la tendre enfance on court avec elle, on la tourne, mais comment! Gracieusement, avec verve et beauté.

Le cerceau . . . On le roule comme un ballon, on saute par-dessus comme par-dessous la corde, on jongle avec comme on jongle avec les bâtons . . . Et évidemment on l'utilise suivant sa destination: on le tourne autour du corps, du bras, du pied.

Le ruban. . . Polychrome, lançant des éclairs rouges, jaunes, bleus — il est peut-être un des objets préférés des "artistes". C'est avec lui qu'elles font des "serpents", des "spirales", des "huits", d'incroyables "cercles". Dans les exercices au ruban le sport et l'art se sont étroitement entrelacés mais à condition que le niveau de la maîtrise des gymnastes soit très haut. Il n'y a qu'à cette condition qu'elles puissent exprimer toute la gamme de leurs sentiments, toute l'humeur de la musique.

Nous avons compris que l'expression des exercices des "artis-

tes" dépend pour beaucoup de leur maîtrise: de la plasticité, de la flexibilité, de la grâce; nous sommes d'accord que les objets ont considérablement rajouté des possibilités pour l'expression, pour apporter le caractère affectif dans les exercices, mais imaginez-vous que tous les exercices sont exécutés sans musique.

Est-ce difficile de se l'imaginer? C'est exact. La musique c'est une des bases de la gymnastique artistique. Sans musique ce genre de sport est inimaginable. C'est la musique qui met la gymnastique artistique à la charnière du sport et de l'art. Et c'est fait par enchantement des mélodies et des rythmes. Il y a une vingtaine d'années les "artistes" préféraient la musique simple, surtout celle de danses. Aujourd'hui, grâce à la maîtrise plus élevée et à la culture des gymnastes c'est déjà trop peu. Et elles font leurs exercices libres avec accompagnement des sonates, des concertos, des symphonies même. Certainement, en choisissant en connaisseur les parties de ces oeuvres qui correspondent mieux aux exercices. La musique, surtout la musique a animé les particularités des jeunes filles, leur caractère affectif, leur artistisme . . .

Pourquoi donc les spectateurs sont tellement émus en observant les mouvements des jeunes filles?

C'est que dans la gymnastique artistique nous sommes émus par l'image que les "artistes" essaient de créer par leurs propres moyens sous l'accompagnement de telle ou telle musique. Et si l'on réfléchit bien on partagera cette opinion. La preuve — les exercices au ruban d'Irina Déruguina, son "toréador". Oui, le caractère imagé rend émotionnels, les exercices des artistes, provoque les sentiments profonds des spectateurs. . .

La Victoire est Leur But

Interview de la première championne du monde Ludmila Savinkova (page 26—31)

— C'est une victoire difficile, — a dit Ludmila, — pourtant la gymnastique artistique était alors moins compliquée.

Penser que les plus célèbres "artistes" participaient aux compétitions à côté de moi, telles que Maria Guigova, Hanna Mitchékhova, les gymnastes du grand don émotionnel et de l'artistisme.

— Est-ce que vous pensiez aux spectateurs avant les compétitions?

— Oui, bien sûr, mais normalement tout de suite après le commencement je les oubliais.

— Quelles sont les perspectives du développement de la gymnastique artistique, d'après vous?

— C'est plus com
à l'intro
ans. Je c
fectionn
sports ét
à vrai di
mais po
toires so
six élém
maître è
Outre ce
ces des g
Comme e
— Qu'est
— L'indiv
exprime
que ce s
la gymn
Oui, oui,
pales se
revêt une
— Quel e
pays?
— Aujour
slovaquie
Dans ces
nastique
nents, pr

Zigzag

De la cha
(page 32)

L'incroya
écolière c
réserve de
pionne ab
De nos jo
min de L
d'honneu
avait des
plus. Mai
présenté u
traînait c

— C'est difficile à dire concrètement, mais je pense qu'elle sera plus compliquée grâce aux exercices aux objets, peut-être grâce à l'introduction des nouveautés, comme c'était les dix derniers ans. Je considère que notre genre de sport continuera à se perfectionner. Il y a très peu de temps le programme du maître ès sports était pareil pour toutes les participantes des compétitions, à vrai dire c'était ennuyeux non seulement pour les spectateurs, mais pour les gymnastes aussi. Maintenant les exercices obligatoires sont faits par les "artistes" mêmes, mais elles y concluent six éléments compliqués à accomplir, qui méritent le titre de maître ès sports.

Outre cela, évidemment nous arriverons à apprécier les exercices des gymnastes sur deux indices: la technique et l'artistisme. Comme cela existe à présent dans le patinage artistique.

— Qu'est-ce qui est nécessaire pour le succès?

— L'individualité, l'émotion spéciale, le tempérament ce qui exprime mieux l'essentiel de l'oeuvre musicale. Il me semble que ce sont des éléments du succès. Pourtant à condition que la gymnaste, outre cela, soit en pleine forme psychologique. Oui, oui, maintenant, quand la maîtrise des "artistes" principales se trouve au même niveau, la situation psychologique revêt une grande importance.

— Quel est le niveau de la gymnastique artistique dans d'autres pays?

— Aujourd'hui ce genre de sport est très populaire en Tchécoslovaquie, en Hongrie, dans la R.F.A., en Roumanie, en Pologne. Dans ces pays il y a beaucoup de gymnastes fameuses. La gymnastique artistique se cultive aujourd'hui sur les trois continents, presque dans quarante pays du monde.

Zigzags du Grand Destin

De la championne du monde de 1967 Léna Karpoukhina (page 32—37)

L'incroyable s'est effectué: une fillette en noeuds de ruban, une écolière qui n'avait pas encore en sus seize ans, en étant dans la réserve de l'équipe nationale de l'U.R.S.S. est devenue la championne absolue du monde!

De nos jours ce n'est pas une chose rare, mais alors... Le chemin de Léna Karpoukhina vers le degré supérieur du piédestal d'honneur du championnat du monde n'était pas simple. Il y avait des essors et des chutes, des dernières même beaucoup plus. Mais en général Léna a eu de la chance. Le destin lui a présenté une taille élancée, la grâce, le sens musical. Léna s'entraînait chez l'entraîneur célèbre Maria Lissitzian qui a éduqué

Ludmila Savinkova, la championne du monde. Léna s'entraînait à côté de la championne.

Elle le voulait et l'a atteint. Mais les circonstances bien souvent étaient telles qu'elle ne pouvait pas monter le degré supérieur du piédestal.

— Pourquoi? — Léna pense un peu.

— Maintenant quand j'entraîne moi-même des fillettes, je comprends que je n'avais pas de but exact. Je ne pouvais pas le dresser devant moi-même et ensuite le viser, comme Ludmila le faisait. Outre cela je ne pouvais pas "me retrouver". Je voudrais faire des exercices brillants, dansants, enflammants mais en pratique je ne faisais que des exercices lyriques.

— Mais quand on discutait la question de la présentation de Léna en équipe nationale avant le championnat du monde de 1967, le conseil d'entraîneurs n'a pas risqué de la faire. Seulement après le championnat pour la Coupe du pays où Léna a occupé la deuxième place au total, on l'a incluse dans l'équipe, mais dans la réserve.

— A Copenhague où a eu lieu le championnat, Léna a eu un succès énorme, elle est devenue championne du monde. Absolue!

Et c'était une sensation.

Elan et Inspiration

De la championne du monde de 1973 Galima Chougourova (page 38—51)

Deux fois Galima Ghougourova était proche du titre de la championne absolue du monde, en 1969 et deux ans plus tard, mais toutes ces deux fois une "artiste" remarquable, Maria Guigova, l'a dépassée.

Maria est de nouveau en avant. Parce que Galima a laissé tomber le cerceau pendant les exercices libres. C'était ainsi après le premier jour des compétitions du championnat du monde, mais le deuxième jour Galima a tout fait pour récupérer deux dixièmes du point qui la séparaient de Guigova.

La veille Galima s'inquiétait, ne savait pas se calmer, elle a visité un musée. Elle se souvenait son début dans la gymnastique artistique quand elle est venue dans la salle de gymnastique à l'âge de dix ans. L'entraîneur Galina Gorenkova a tout de suite aperçu les capacités remarquables de la fillette: sa souplesse, son tempérament, son aspiration aux leçons et l'entraîneur a essayé d'aider Galotchka à obtenir de bons résultats. Les exercices de Galima au ruban étaient surtout beaux. L'image de "Carmen" qu'elle a créée pour le championnat du pays

de 1973 a convaincu tout le monde. Mais c'était il n'y a pas longtemps.

Il n'y a que trois mois, — se disait Galima, — pourquoi donc je dois perdre courage maintenant?

... Bref, le deuxième jour du championnat Galima se produisait incomparablement. Il semblait qu'elle économisait pour ce jour-là toute sa maîtrise, toute son inspiration. Elle a exécuté surtout bien les exercices au balon. Il était entre ses mains comme un vivant. Le point — 9,8! C'est à 0,05 plus élevé que chez Maria Guigova.

Ensuite Galima a fait les exercices au ruban. Et de nouveau sa "Carmen" l'a aidée: elle a reçu pour l'exécution de ces exercices 9,75!

Cela a amené Galima Chougourova au degré supérieur du piédestal d'honneur. Elle était au piédestal à côté de la célèbre Maria Guigova.

Calcul et... Inspiration

De la championne du monde de 1977 Irina Déruguina (page 52—65)

Tout d'abord elle a dit:

— Je veux être comme maman. Ensuite elle a précisé:

— Je veux être entraîneur.

Et elle a conclu:

— Je veux entraîner des fillettes. Mais tout d'abord je ferai moi-même ce chemin sportif.

Irina Déruguina a fait sa première déclaration à l'âge de cinq ou six ans, quand elle a commencé ces leçons de gymnastique artistique, et la deuxième il y a peu de temps au stage d'entraînements des "artistes" du pays.

Et un tel chemin est devenu pour cette jeune fille correct. En tout cas, maintenant elle a eu des succès énormes dans la gymnastique artistique: trois fois elle a gagné la Coupe de l'U.R.S.S., deux fois elle est devenue championne du pays. Et il n'y a pas si longtemps elle était la première au tournoi mondial.

La deuxième partie de son plan — devenir entraîneur, se réalise également: elle est étudiante de l'Institut de la culture physique de Kiev et elle aide maintenant sa mère, Albina Nikolaévna, qui est entraîneur elle-même, à éduquer "les championnes".

Evidemment, une telle orientation vers un but précis est très bien vue. Quand il s'agit de l'inspiration, elle apparaît surtout aux moments de la manifestation. La jeune fille est retenue, calme. Son inspiration devant le public est tout à fait réel. Elle se voit dans de moindres gestes, dans les mouvements des bras,

des mains et de temps en temps dans l'expression même des yeux.

On l'aperçoit surtout dans ses exercices au ruban accompagnés de la musique espagnole. L'image de toréador en lutte contre le taureau restera pour longtemps gravée dans la mémoire des spectateurs.

Comment se sont liés le calcul et l'inspiration — c'est impossible d'expliquer, mais c'est beau. Et il semble être dans l'esprit du temps.

Les exercices en groupe sont très variés (page 82—89)

Il est difficile de manifester les qualités individuelles. Au contraire. Les jeunes filles, toutes les six, sont obligées d'exécuter l'exercice comme une seule personne. La coordination est le principal dans presque tous les exercices. Les "artistes" soviétiques ont atteint une grande coordination et quatre fois elles étaient les championnes du monde dans ce genre de compétitions.

Plusieurs jeunes filles, membres de l'équipe nationale du pays veulent être parmi les six, tellement il est intéressant de s'entraîner dans un groupe pareil...

Création, travail, jours de semaine (page 90—103)

Les gymnastes sont des personnalités créatrices. Plusieurs parmi elles ont créé des éléments originaux qui sont devenues le trésor de la gymnastique artistique mondiale. Ce sont des "pirouettes Chougourova", "jet Vassura", "élément Déruguina".

Pourtant la création n'est pas possible sans un entraînement physique, la technique de l'exécution des éléments, le travail gigantesque de tous les jours.

Entraîneurs: les conseillers, les amis

De M. Lissitzian, G. Gorenkova, A. Déruguina (page 106—115)

On a dit jadis que le grand sportif commence par le grand entraîneur. C'est évidemment correct. En U.R.S.S. il y a pas mal d'entraîneurs pareils. Pourtant parmi eux il n'y a que deux qui ont éduqué des championnes du monde.

Ludmila Savinkova et Hélène Karpoukhina, les championnes du monde de 1963 et de 1967 ont été formées par Maria Lissitzian.

Maria Lissitzian est une éducatrice originale. Dans le passé elle était actrice; elle a passé toute sa vie dans un milieu artistique elle essayait toujours d'éduquer l'artistisme, le caractère affectif chez ses élèves. En protégeant leur amour pour la beauté, en développant leur culture générale, l'entraîneur leur inculque l'amour pour la culture physique, elle leur plante une certaine obsession, la possibilité de se donner entièrement au genre préféré de sport...

Galina Gorenkova a "trouvé" dans sa ville natale d'Omsk Galima Chougourova. Elle a deviné par intuition dans cette petite

fillette le tempérament ardent, et avec beaucoup de patience, pleine d'inspiration elle préparait Galotchka pour un grand destin sportif. Elle est devenue pour Galima non seulement entraîneur, prétendant à l'exécution des exercices compliqués, à leur perfectionnement, mais une vraie amie, et conseiller. Et Galima Chougourova est devenue championne du monde de 1973 . . . D'ailleurs, Gorenkova a formé toute une pléiade d' "artistes".

Albina Déruguina, mère de la célèbre "artiste" Irina Déruguina est un entraîneur très passionné. Son érudition sportive, la connaissance très exacte de ce qu'il faut, le don de la mettre au service de la gymnastique artistique, tout cela est à respecter. Elle considère que l'entraîneur doit éduquer les championnes dès leurs premiers pas. Qu'il faut éduquer les élèves de façon à ce qu'elles aiment toutes les espèces de la gymnastique artistique et deviennent fortes en concours combinés. Il faut prendre tout ce qu'il y a de meilleur chez ces concurrentes, évidemment, en l'interprétant à sa manière, dit-elle. Albina Déruguina a un groupe d'élèves, cinq d'eux font partie de l'équipe nationale . . . Ce sont Olia Plokhova, légère en sauts, lyrique et romantique, Jeanne Vassura, très émotionnelle, très contacte, Olia Tchégoléva, sérieuse, accumulée et bien orientée; Luda Evtouchenko qui n'a pas encore montré ses possibilités, mais déjà fait parler d'elle et, bien- sûr, Irina Déruguina . . .

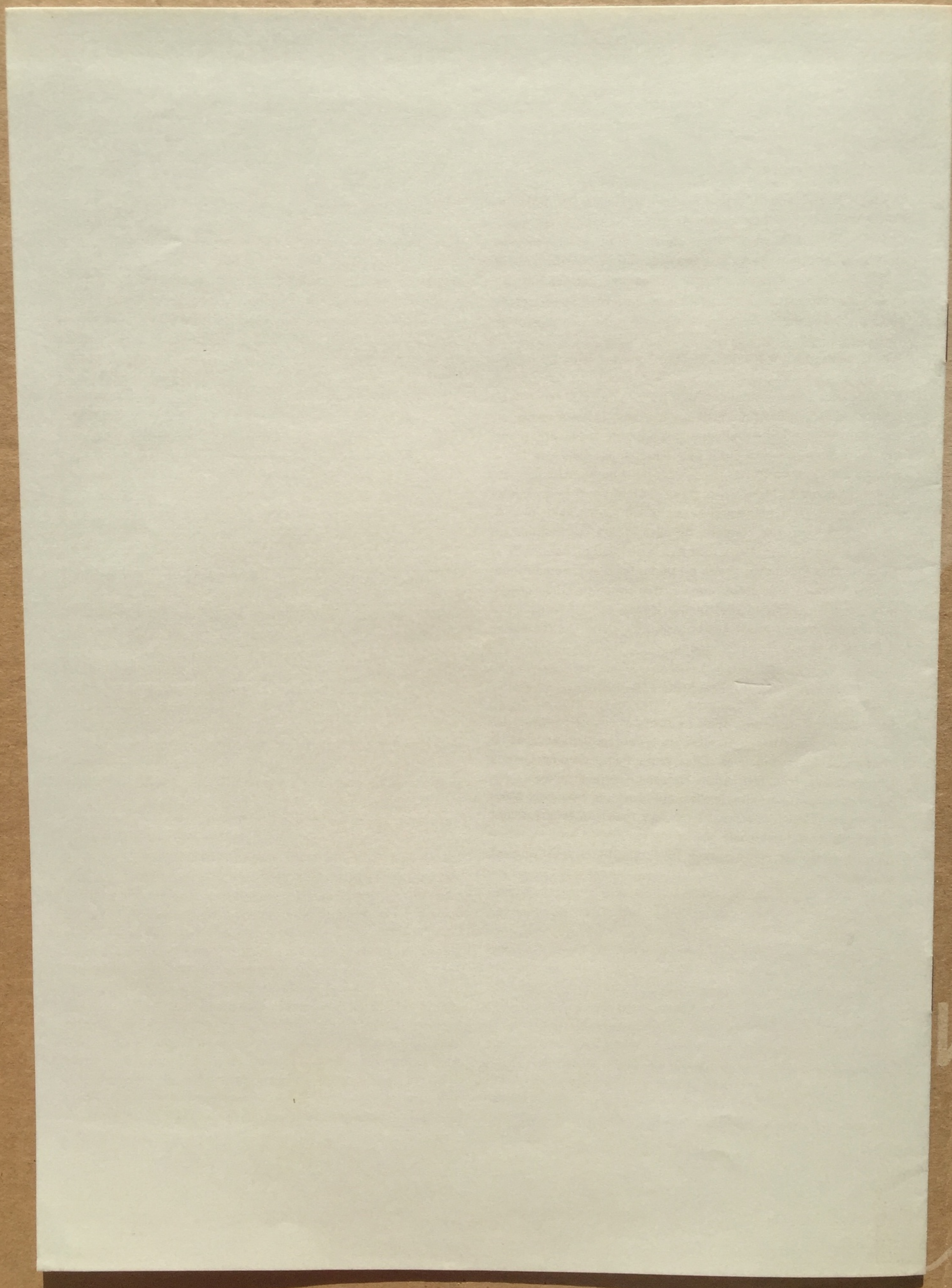
Courageuses, jeunes . . . relève (page 114—119)

Et voilà nos plus jeunes. Elles ne sont pas encore formées, pas encore très gracieuses, mais elles ont le courage de faire la même chose que leurs collègues. Elles veulent être comme Galima Chougourova, Irina Déruguina, Natacha Kracheninnikova.

Et elles seront pareilles. Celles qui sont un peu plus âgées charment déjà les spectateurs par leur maîtrise, tempérament et originalité des exercices. . .

Oui, le genre de sport appelé la gymnastique artistique est vraiment beau!

Traducteur L. Titova



6р.40к.







ХУДОЖЕСТВЕННАЯ КНИЖНОСТЬ